



Joytinat®

Giornale Della Cultura Indiana

NUMERO – 12

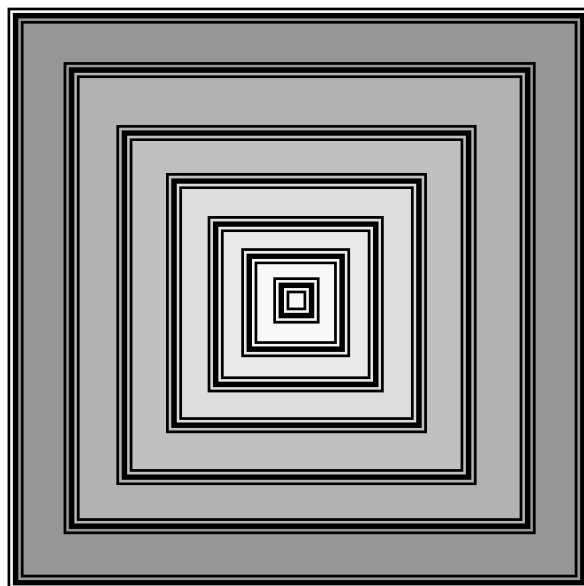
SETTEMBRE 2002

Joytinat 2002
CONVEGNO INTERNAZIONALE
Ayurveda

z z z z z z z z z z z z z z z

Ci si può nascondere dai nemici di fuori,
ma non è possibile scappare dal
proprio nemico in sé.

—Kural



**LE COSE NON SEMPRE SONO
CIO' CHE SEMBRANO**

Pubblicazione: Joytinat - Via Balbi, 33/29 - 16126 - Genova

Tel/Fax - 0102758507

e-mail: joytinat@libero.it www.joytinat.it



Il tutto è in me ...

Ho conosciuto il bene ed il male,
Il peccato e la virtù,
Il giusto e l'ingiusto,
Io ho condannato
e sono stato condannato:
Sono andato attraverso la nascita e la morte,
la gioia ed il dolore,
il cielo e l'inferno,
ed alla fine ho riconosciuto che io sono nel tutto
E il tutto è in me. - Hazrat Jnayat Khan



Vivilo e assaporalo...

Alcune persone arrivano
nelle nostre vite
e se ne vanno rapidamente...
Alcune ci diventano amiche e
rimangono nel tempo lasciando bellissime orme ...
Non saremo più come prima Ma ciò che sembrano
Abbiamo rimasti buon amici!!

Ieri è storia, domani un mistero e oggi è un vero regalo.
È per questo che si chiama presente!
Vivilo e assaporalo in ogni momento...
La vita è speciale per tutti...
Sono un piccolo angelo tienlo vicino a te
che si prenderà cura di te.

- l'anima





Joytinat

Editoriale

LUOGO DI RICERCA E CURA

Il nuova casa invisibile al centro Joytinat

Ho attraversando il ponte, dove non può costruire la casa, nel ponte si vedo il corso del acqua, il mutamento continuo, niente permanente, tutto è un flusso. La vita è il ponte dove non può costruisce la casa eterna. Vado oltre il ponte...

L'Ashram, che sorgerà nel cuore della campagna marchigiana, sulla riva del fiume Nevola, in un contesto naturale di rara bellezza ed integrità, è stato concepito. Come un "sole", il cui nucleo è costituito dalla più alta eredità spirituale e culturale dell'India e i cui "raggi" sono la trasmissione effettiva di questa preziosa conoscenza. L'Ashram sarà dunque una comunità con multiformi funzioni.

Dopo dieci anni di ricerca ho fatto un salto e scoperto la sede dove continuare la mia missione. L'Ashram sorgerà come il sole in Via Ripa, nella località S.Domenico di Corinaldo. Un terreno di sei ettari con olivi e circondato da querce e con un simpatico laghetto vicino alla casa colonica che deve essere ristrutturata per continuare la scuola Joytinat. Mi trasferirò al più presto per seguire il mio Dharma.

z z z z

SETTEMBRE 2002

Sede responsabile: Joytinat

Ass. Culturale Rimedi Alternativi

Via Balbi 33/29 - 16126 Genova

Presidente onorario e Direttore Responsabile:

Vaidya Maestro Swami Joythimayananda

Stampato da: Grafiche Fassicom Genova, 2002

Notiziario gratuito per gli associati - non in vendita

Nasce Joytinat Ashram



Joytinat

LA PACE PORTERÀ LA PACE

I vuoto creato il cielo
il cielo porterà l'acqua
l'acqua bccia la terra
la terra abbraccia l'erbe
l'erbe supporta gli alberi
gli alberi offre l'amore
l'amore dà la luce
luce sorge nell'Ashram
la pace, la luce e l'amore
sempre a te
anche a me

- Jovthi

SOMMARIO

Poesia	2
Editoriale	3
Ashram	4
Il Messaggio del Maestro	6
Chi è?	7
Ayurvedic health experience	8
Adios per un anno	10
Yoga in Pesaro	11
Gogulu	16
Dravya Guna 1	18
Effect of Rasayana	20
Standardysation	23
Dravya Guna 2	26
L'uomo chi cerca la sua l'anima	31
Corsi	33
Joytinat Insieme	39
Adesioni e Assicurazioni	zz
Elenchi	41
Catalogo	45
Calendario	48



Il Messaggio del Maestro

LE COSE NON SEMPRE SONO CIO' CHE SEMBRANO

Due angeli viaggiatori si fermarono per la notte nella casa di una famiglia molto facoltosa. La famiglia era rude e non consentì loro di fermarsi nella stanza degli ospiti della villa. Invece venne dato loro un piccolo spazio nella cantina fredda della casa. Mentre sistemavano i letti sul pavimento, l'Angelo più anziano vide una fessura nel muro e la sistemò. Quando l'Angelo più giovane chiese il perchè, quello più anziano rispose, "Le Cose non sempre sono ciò che sembrano"

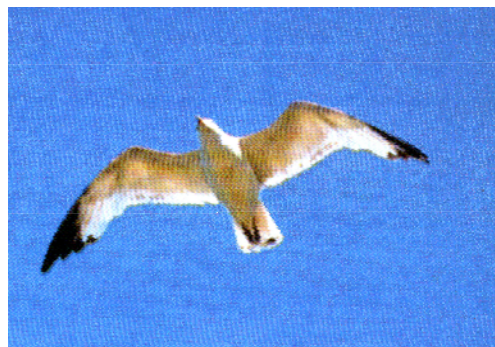
La notte successiva, gli angeli andarono a riposare nella casa di una coppia molto povera, ma l'uomo e sua moglie erano molto ospitali. Dopo aver condiviso il poco cibo che la famiglia possedeva, la coppia permise agli Angeli di dormire nel loro letto dove avrebbero potuto avere una buona notte di riposo. Quando si svegliarono il giorno successivo, gli Angeli trovarono in lacrime il signore e sua moglie. L'unica mucca che possedevano, il cui latte era la loro unica entrata di

soldi, giaceva morta nel campo. L'Angelo più giovane era furibondo e chiese all'Angelo più anziano, "come hai potuto permettere che accedesse? Il primo uomo aveva tutto e tu l'hai aiutato; la seconda famiglia aveva poche cose, ma era disposta a dividerle, e tu hai permesso che la loro mucca morisse".

"Le Cose non sempre sono ciò che sembrano" ripose l'Angelo più anziano. "Quando eravamo nella cantina di quella villa, ho notato che c'era dell'oro nascosto in quel buco del muro. Dato che il proprietario era ossessionato dai soldi, ho chiuso il buco così da non permettere più loro di trovare l'oro."

"Questa notte, mentre dormivamo nel letto della famiglia povera, l'angelo della morte venne in cerca della moglie del contadino e io gli ho dato la mucca. Le Cose non sempre sono ciò che sembrano"

A volte è esattamente questo ciò che accade quando le cose non sono come le volevamo...



CHI E' UNA PERSONA SPIRITUALE?

CHI E' UNA PERSONA SPIRITUALE?

....."Maestro, le persone spirituali sono quelle con la testa tra le nuvole?"

"Oh no! Piccolo, sono in verità delle persone molto attente".....

....."Maestro, ma cos'è lo spirito?"

"Piccolo, è la vita che scorre e che crea in questo universo ed è "il centro" di ogni creatura".....

....."Maestro, io sento il mio corpo e i miei pensieri, è questo il mio spirito?"

"Piccolo, il tuo spirito non è il tuo corpo ed i tuoi pensieri ma è te".....

....."Maestro, non capisco....."

"Piccolo, quando non sentirai più il tuo corpo ed i tuoi pensieri, allora sentirai il tuo spirito.".....

....."Maestro, vuoi dire allora quando dormirò o sarò malato o, addirittura, quando morirò?"

"Oh no ! Piccolo, quando tu sarai più attento e vivo che mai, allora sentirai il tuo spirito!.....

...quando avrai sempre gioia, allora sentirai il tuo spirito.....

....quando comprenderai la tua e l'altrui esistenza, allora sentirai il tuo spirito....

...quando amerai continuamente, allora sentirai il tuo spirito....

...quando sarai sempre sereno, allora sentirai il tuo spirito....

...quando comprenderai e vivrai nella bellezza e gentilezza, allora sentirai il tuo spirito....

....quando avrai la capacità di fare molto, allora sentirai il tuo spirito....

....quando ciò che tu avrai sarà per te "tanto" e farai in modo che altri lo abbiano, allora sentirai il tuo spirito....."

....."Maestro, ma, mi sembra difficile sentire il proprio spirito!"

"Sembra, Piccolo, in verità esso è sempre presente, tu però ti distrai dietro il tuo corpo ed i tuoi pensieri ed allora non lo ascolti, fino a quando non vivrai tante di quelle esperienze, belle e brutte, che finalmente ce ne sarà una che ti farà conoscere il tuo spirito.....tu allora sentirai che è magnifico!.....conoscendolo, un po' per volta o velocemente" così come tu vorrai"
..raggiungerai un modo di vivere sempre cosciente.....sarai un essere spirituale!"

....."Maestro, e allora ci sarà altro?"

"Oh sì ! Piccolo, la tua gioia sarà infinita perché sarai "uno" con il Grande Spirito, Padre di tutto ciò che esiste e che tutti chiamano Dio, fonte di tutto l'Amore."

.. tratte dal racconto "UN PICCOLO E IL MAESTRO"

-di Rosaria Parentela..Gayatri Mata

An Ayurvedic Health Experience

I know Swami Joythimayananda for many years.

I am fascinated by his gentle nature, untiring work in the field of Yoga and Ayurveda. I feel a word "holiday" is not in his dictionary.

In July 2002 Swamiji organised a Panchakarma camp for health having one week's duration.

The camp was in Pesaro, a beautiful ancient city of Italy. I had a chance to stay with participants and family of Swamiji for three days.

Panchakarma camp was in the premises of OASI SAN NICOLA. Very beautiful, natural and tranquil providing environment.

Participants followed strict time-table since morning to night. Prayer, Yoga, and humble behaviour was integral part all days.

Application of oil with massage (Abyangam) bath helped to loosen the tight muscles, joints dilated various channels in the body.

Warm water for drinking was advocated to all participants and it was followed meticulously by every one.

Shirodhara balanced mind and body, which is very good mind set procedure. Netrabasti helped to balance Alochaka Pitta in the eye. Nasya helped to balance harmony of all centres in the brain. It further helped to provide strength to all five sense organs (panchendriyani).



- prof. Dr. P.H. Kulkarni

Vaman (vomiting) and Virchana (purgation) well tolerated by all. There was no sense fatigue after performing these procedures. All were active enjoying pathya food. (useful for health)

Basti and modified Raktamokshana procedures were attractive and helped people who followed it. Participants were advised continue Pathya regimes for three days when they return their homes. Continue Rasayana (Ashwagandha, Shatavari etc..) for few weeks.

I spoke with one participant viz. Rossella. She is spiritual, she is attracted towards ayurveda. She followed the "Panchakarma for health" programme in Pesaro with full understanding. She will attend such programmes in future, as well as she will advocate this unique programme to others.

Swamiji is doing marvelous job in the field of Ayurveda. I wish him and his team all success and satisfactions with pleasure in the life.

- prof. Dr. P.H. Kulkarni

Conosco Swami Joythimayananda da molti anni.

Sono rimasto affascinato dal suo mite carattere, instancabile lavoratore nel campo dello Yoga e dell'Ayurveda. Io penso che nel suo dizionario non esiste la parola "vacanza".

Nel luglio del 2002, Swamiji, ha organizzato un seminario di una settimana di Panchakarma per la salute. Il seminario si è svolto a Pesaro, una bella e antica città dell'Italia. Io ho avuto l'opportunità di stare con i partecipanti e con la famiglia di Swamiji per tre giorni.

Il seminario di Panchakarma ha avuto sede nell'OASI DI SAN NICOLA. Un ambiente molto bello, naturale e tranquillo.

I partecipanti seguivano un orario molto severo dalla mattina alla sera. Preghiere, Yoga e un umile comportamento erano una parte importante nei giorni.

L'applicazione di olio nei massaggi (Abyangam) aiuta a rilassare i muscoli rigidi, a dilatare le articolazioni e i vari canali del corpo.

E' stato consigliato a tutti i partecipanti di bere acqua calda ed è stato seguito meticolosamente da tutti.

Shirodhara equilibra e pacifica la mente e il corpo. Netrabasti equilibra Alchaka Pitta negli occhi. Nasya stabilisce ed equilibra l'armonia dei centri cerebrali e inoltre aiuta a procurare forza a tutti e i cinque sensi (panchendryani).

Vaman (il vomito) e Virchana (la purga) sono stati tollerati da tutti. Non ci sono stati sensi di affaticamento dopo aver eseguito questi trattamenti. Tutti i partecipanti sono stati soddisfatti della

dieta Ayurvedica. (vantaggiosa per la salute)

I trattamenti di Basti e Raktamokshanasono sono stati attrattivi e hanno aiutato le persone che lo hanno eseguito.

E' stato consigliato ai partecipanti di continuare la dieta Ayurvedica anche quando sarebbero tornati a casa per almeno tre giorni e di continuare Rasayana (Ashwagandha, Shatavari etc...) per alcune settimane.

Ho parlato con una partecipante di nome Rossella.

Lei è spirituale ed è attratta dall'Ayurveda. Ha partecipato al "Panchakarma per la salute" con molto interesse.

Seguirà molti corsi anche in futuro, e nello stesso tempo farà sapere ad altre persone che questo è un programma speciale.

Swamiji sta svolgendo un meraviglioso lavoro nel campo dell'Ayurveda. Spero che egli e la sua "squadra" abbiano successo e soddisfazione piacevole nella vita.

- prof. Dr. P.H. Kulkarni

ADIOS PER UN ANNO!!!!

Ebbene sì... me ne vò....

Ancora pochi giorni e parto per il Galles...per un anno...

All'inizio era stata un'idea di mio padre.

Aveva provato a mandarci i miei fratelli, ma non ne hanno avuto la possibilità, così, all'inizio della prima superiore, mi ha chiesto: "In quarta vorresti fare un anno di studio all'estero?".

E io senza pensarci troppo ho risposto "sì".

In un batter d'occhio mi ritrovo nell'estate del 2002.

C'è il conto alla rovescia...ancora nove giorni e lascerò questa città, il mio quartiere, la mia famiglia, la mia vicina di casa, il cane della mia vicina di casa, i miei amici e la persona che amo... è più dura di quel che pensassi... Pensare che durante quest'anno ho avuto, all'insaputa di tutti, parecchi ripensamenti... da una parte è come se mi fossi sentita obbligata,... ma dall'altra parte lo volevo fare!!!E subito cambiavo decisione. Era una giostra continua, alti e bassi, alti e bassi e ancora alti e bassi..., infine, a furia di questi alti e bassi adesso è il 16 agosto e il 25 parto.

La mia paura più grande è quella di perdere, al mio ritorno, le persone a me più care, che per niente al mondo vorrei perdere. Bhè, naturalmente non è che perderò tutti i contatti, scriverò parecchie lettere.. ma di certo non sarà la stessa cosa...



Come devo comportarmi???

A meno che non mi rompa una gamba il giorno prima di partire, di sicuro partirò, e mi sento parecchio insicura. (ma allo stesso tempo curiosa).

Se qualcuno di voi lettori ha qualche consiglio da darmi o vuole semplicemente saper che tempo fa a Cardiff, vi lascio il mio indirizzo del Galles..!!!!

Nadeshwari,
C/o Teresa Iffil
50 Caerau Crt Rd,
Caerau,
Cardiff. CF5 5JD (GB)

A questo punto credo che questa paginetta di addio sia diventata una paginetta di sfogo, quindi non sapendo in quale altro modo sfogarmi, saluto e mando un caloroso e forte abbraccio a tutte le persone che conosco, anzi, anche a quelle che non conosco, tanto tornerò...e avrò tutto il tempo per conoscerle...

Un bacione a tutti

- Nadeshwari

UN DUBBIO:

A mio padre non piacciono né la Gran Bretagna né l'America, per niente, ma è stato lui a dirmi di andare in uno di quei due paesi.

Perché mai lo avrò fatto?!?!

Sono giunta a due conclusioni:

O sono troppo pesante per lui e si vuole liberare di me per un anno.

O vuole farmi provare le sensazioni del distacco da bravo Maestro Vuoto che è....

z z z z z z z z z

RIFLESSIONE DAL CORSO ESTIVO

RIFLESSIONE DAL CORSO ESTIVO

La prima settimana, nel corso di Abyangam ho sentito il mio corpo pieno, forte ed energetico. Ho dato e ricevuto con piacere ma anche con umiltà perché le mani erano esperte e bellissime. Ho sentito contentezza, soddisfazione e amore.

Non sono sicura di sapere ancora *Chi sono io? Perché sono venuta qui? Che faccio qui?*

Ma adesso prendo come una sfida il fatto di cercare la chiarezza, come FLUSSO-FLUIRE e DISTACCO -DISTACCARSI che voglio veramente applicare nella mia vita.

NIENTE È SBAGLIATO, TUTTO È LA VERITÀ
GIÀ STABILITO, CONOSCO
NULLA.

Grazie Maestro, è un grande sollievo!!

- La seconda settimana, durante il Panchakarma, ho sentito il mio corpo affaticarsi progressivamente. Stanchezza, mancanza d'energia ma anche soddisfazione dopo ogni pratica e tanta contentezza assistendo agli altri partecipanti e te. Ho accettato questa debolezza, e adesso comincio a sentire ogni giorno un po' più di energia e forza.

- La terza settimana, nel corso di Yoga, ho scoperto sensazioni nuove nel mio corpo e nella mia mente, pace

- e tranquillità, equilibrio ma a volte anche confusione e tristezza.

La tua meravigliosa classe sul SALUTO AL SOLE mi è piaciuto tantissimo.

E ancora il DISTACCO, la NO AZIONE NELLA AZIONE, il FLUSSO, la SODDISFAZIONE, IL NON SENTIRMI NE VITTIMA NE COLPEVOLE, la CHIAREZZA INTELETTUALE... Adesso ho capito cosa è la SADHANA. Ogni giorno mi alzo con la voglia di dedicare un buon momento a me stessa, salutando il sole, cantando il saluto al guru, gayatri mantra, mangala mantra, om namashivaya e il mio nome (grazie per questo mantrall!), praticando diversi asanas... (Sirsasana è otra sfida!!)

E, finalmente a Genova, grazie per la generosità, disponibilità e amore di tutto il "clan Joythi".

Anche una dura ma bellissima lezione, la lettura degli esami spagnoli. Ho sentito vergogna della mia mancanza di chiarezza nell'esame, volevo solo "mostrare" che sapeva tanto! Grazie per la seconda opportunità di Settembre.

La tua apparizione nella mia vita è piena di significato per me e ringrazio Dio per la tua esistenza.

Approfito per dirti che l'herpes mi continua a apparire prima della menstruazione. Ho comprovato che

l'applicazione locale di Vembu tailam calma totalmente la bruciore e lo secca molto rapido.

T' informo anche che ho scoperto nel viaggio di ritorno in nave di Genova a Barcelona che il RASADANTI funziona molto bene contro il mal di mare!! Abbiamo avuto una grandissima tempesta e come non avevo zenzero fresco ho provato a mettere un po di polvere nella lingua e niente mal di mare!!

L'Ayurveda è una meraviglia!! Grazie per scoprimela...

Con tanto cariño

- Carmen

k k k k k k k k k k

sono Raffaele (ho frequentato con te il corso estivo di Abyangam a Pesaro).

Sto sistemando gli appunti del corso che sono per me una fonte di conoscenza ma soprattutto una guida di vita. Alcuni principi che ci hai insegnato sono diventati per me un punto di riferimento filosofico e spirituale per affrontare i problemi che la vita quotidiana pone. Per questo ti ringrazio e ti sono profondamente riconoscente.

ti abbraccio affettuosamente

- Raffaele

Settimana di aggiornamento Yoga
Pesaro - 21 /28 luglio 2002.

Il luogo è bellissimo, si respira una buona pace, l'armonia tra di noi regna sovrana, tuttavia, dall'esterno ci giungono dei rumori di pale meccaniche giacchè sono in atto delle ristrutturazioni.

Forse notando i visi corrucciati di alcuni di noi, sensibilizzati da questo continuo "sottofondo musicale", il Maestro Swami Ji introduce un argomento "ad hoc".

Ascoltiamo:

fuori dalla finestra, ci giungono dei rumori.

Diciamo a noi stessi che abbiamo un dovere verso il rumore.

Dobbiamo accendere un processo mentale nei suoi riguardi.

E' la saggezza che ci può guidare in questo discernimento:
la trasformazione.

Chiaramente, verso il silenzio, non è necessario attivare questo procedimento: esso è universalmente accettato.

Ci sono due modalità di cui dovremmo tenere conto nella nostra comprensione del fenomeno:

AMORE PER DIO	è un
→ processo esterno	
SILENZIO DELLO YOGA	è un
→ processo interno	

All'esterno di noi, ci sono tutte le manifestazioni, rumori e molto altro. In questa condizione dobbiamo praticare l'AMORE PER DIO, (anche inteso come amore assoluto, universale).

All'esterno, dobbiamo applicare agli altri questa comprensione.

Nei confronti di noi stessi c'è già il silenzio.

Quindi, quando percepiamo un rumore, lo dobbiamo trasformare in Amore.

Amore per Dio.

Come lo possiamo trasformare?

Essendo disponibili, avendo abilità di rispondere a questo rumore. Questo è responsabilità, avere abilità di rispondere a ogni accadimento che abbiamo davanti.

Dio ha creato tutto, incluso questo rumore. Quindi, se applichiamo questo principio di trasformazione e lanciamo tutto verso di Lui, non lo rifiuterà.

Quando sentiamo arrivare un rumore dall'esterno attraverso i nostri sensi, per prima cosa, non rifiutiamolo.

La seconda cosa che dobbiamo fare è imparare a trasformarlo e per fare ciò useremo la nostra intelligenza - l'intelletto.

Utilizzo dell'intelletto

1. saggiamente ↙

↘ 2. scientificamente

La scienza discrimina sempre l'individuo, va nel dettaglio, dona la conoscenza, ma il problema rimane. Invece agire saggiamente significa unire.

Nello yoga ad esempio, uniamo tante cose assieme per arrivare al fine al silenzio.

Quella che viene denominata correntemente scienza moderna, amplia dettagliando, rende manifesta la differenza.

Che cosa ci insegna lo Yoga?

A noi non è necessaria l'opzione scientifica, ma quella della saggezza, per unire e anche trasformare.

Il KARMA YOGA è una trasformazione.

Un problema qualunque ci mette nella condizione di poter esercitare un'abilità a rispondere, affrontare.

In questo caso, come affrontiamo le difficoltà? Con Devozione.

Quando avremo sviluppato la Devozione, vedremo tutto meraviglioso.

Se non saremo capaci di praticare la Devozione e recideremo le nostre ramificazioni emozionali, nulla più sarà meraviglioso, tutto sarà opacizzato.

In buona sostanza, usando saggiamente l'intelletto metteremo in pratica l'amore per Dio.

Qualsiasi cosa ci arrivi dall'esterno, dobbiamo sviluppare un amore, apprezzare, contemplare...

Contemplate il rumore.

Contemplate il silenzio.

Contemplate il bianco

Contemplate il nero.

Essere sempre nella contemplazione, questo è l'Amore per Dio.

E tutto diventa meraviglioso.

Se non abbiamo la capacità di contemplare, rimaniamo nel dettaglio, nella discriminazione.

Yoga è unità, non frammentazione.

↗ usciamo

YOGA = Unione

ma

non perdiamo mai il nostro controllo

↘ entriamo

Ad esempio, nell' *HATHA YOGA*, quando eseguiamo Asana, dobbiamo sempre trovare il nostro centro e agganciarlo.

Questo centro, può risiedere in diverse parti del nostro corpo: Il cuore, la testa, i piedi, le mani....

Nel nostro cerchio, qualunque punto può essere l'inizio.

Nell'universo qualunque punto può essere il centro.

Come se prendiamo in mano un palloncino e lo osserviamo, scopriremo che qualunque punto può esserne il centro.

Guardo fuori dalla finestra, il rumore è svanito e forse addirittura da molto tempo.

Credo nessuno di noi abbia posto la sua attenzione riguardo alla cessazione di quel suono.

Nessuno si è accorto che questo rumore abbia avuto un inizio ed una fine, è semplicemente accaduto.

Oppure eravamo talmente catalizzati con la nostra attenzione verso le parole del Maestro.....

E Lui in quel momento per noi rappresentava la Devozione. Senza saperlo, stavamo praticando simultaneamente ciò che stavamo imparando!

Raccolto e scritto - Gianna Gorza, Udine

RIFLESSIONE DAL CORSO ESTIVO

La prima settimana, nel corso di Abyangam ho sentito il mio corpo pieno, forte ed energetico. Ho dato e ricevuto con piacere ma anche con umiltà perché le mani erano esperte e bellissime. Ho sentito contentezza, soddisfazione e amore.

Non sono sicura di sapere ancora *Chi sono io? Perché sono venuta qui? Che faccio qui?*

Ma adesso prendo come una sfida il fatto di cercare la chiarezza, come FLUSSO-FLUIRE e DISTACCO -DISTACCARSI che voglio veramente applicare nella mia vita.

NIENTE È SBAGLIATO, TUTTO È LA VERITÀ
GIÀ STABILITO, CONOSCO NULLA.

Grazie Maestro, è un grande sollievo!!

- La seconda settimana, durante il Panchakarma, ho sentito il mio corpo affaticarsi progressivamente. Stanchezza, mancanza d'energia ma anche soddisfazione dopo ogni pratica e tanta contentezza assistendo agli altri partecipanti e te. Ho accettato questa debolezza, e adesso comincio a sentire ogni giorno un po' più di energia e forza.

- La terza settimana, nel corso di Yoga, ho scoperto sensazioni nuove nel mio corpo e nella mia mente, pace e tranquillità, equilibrio ma a volte anche confusione e tristezza.

La tua meravigliosa classe sul
SALUTO AL SOLE mi è piaciuto
tantissimo.

E ancora il DISTACCO, la NO
AZIONE NELLA AZIONE, il
FLUSSO, la SODDISFAZIONE, IL
NON SENTIRMI NE VITTIMA NE
COLPEVOLE, la CHIAREZZA
INTELETTUALE... Adesso ho capito
cosa è la SADHANA. Ogni giorno mi
alzo con la voglia de dedicare un buon
momento a me stessa, salutando il
sole, cantando il saluto al guru,
gayatri mantra, mangala mantra, om
namashivaya e il mio nome (grazie per
questo mantra!), praticando diversi
asanas... (Sirsasana è otra sfida!!)

E, finalmente a Genova, grazie per la
generosità, disponibilità e amore di
tutto il "clan Joythi".

Anche una dura ma bellissima lezione,
la lettura degli esami spagnoli. Ho
sentito vergogna della mia mancanza
di chiarezza nell'esame, volevo solo
"mostrare" che sapeva tanto! Grazie
per la seconda opportunità di
Settembre.

La tua apparizione nella mia vita è
piena di significato per me e ringrazio
Dio per la tua esistenza.

Approfito per dirti che l'herpes mi
continua a apparire prima de la
menstruazione. Ho comprovato che
l'applicazione locale di Vembu tailam
calma totalmente la bruciore e lo
secca molto rapido.

T' informo anche che ho scoperto nel
viaggio di ritorno in nave di Genova a

Barcelona che il RASADANTI
funziona molto bene contro il mal di
mare!! Abbiamo avuto una grandissima
tempesta e come non
avevo zenzero fresco ho provato a
mettere un po di polvere nella lingua
e niente mal di mare!!
L'Ayurveda è una meraviglia!! Grazie
per scoprirmela...

Con tanto cariño

- Carmen Allende

k k k k k k k k k k k k k k

sono Raffaele (ho frequentato con te
il corso estivo di Abyangam a
Pesaro).

Sto sistemando gli appunti del corso
che sono per me una fonte di
conoscenza

ma soprattutto una guida di vita.

Alcuni principi che ci hai insegnato
sono

diventati per me un punto di
riferimento filosofico e spirituale per
affrontare i problemi che la vita
quotidiana pone.

Per questo ti ringrazio e ti sono
profondamente riconoscente.

ti abbraccio affettuosamente

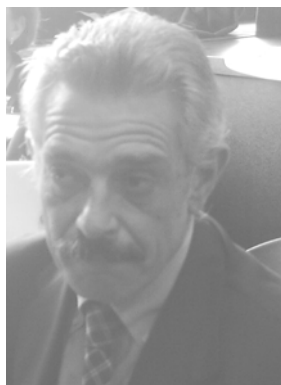
- Raffaele



GUGGULU

COMNIFORA MUKUL O BALSAMODENDRON MUKUL
(Burseraceae)

PIETRO CARROZZINI, allievo della Scuola
Joythinat



Bedellium, Gugal, Guggul, Mukul, Guggula, Guggulu, Gukkal ed altri.

Il suo habitat è distribuito nelle regioni indiane del Sind, Rajputana, Est Bengala, Berars, Assam, Khandesh e Mysore. Viene estratto, per incisione della corteccia del tronco; dall'incisione profonda circa 0,75 cm. fuoriesce una resina che solidifica in goccioline giallognole. Quando è fresca l'oleo-gomma-resina è umida, viscida, fragrante e di colore dorato. Bruciata sul

INTRODUZIONE:

Prima di addentrarci nell'argomento giova ricordare che, nella tradizione Ayurvedica, la conoscenza delle piante era (ed è) così approfondita da non poter trascurare la presenza di sostanze anche tossiche; per tale motivo le "droghe" venivano preventivamente sottoposte a procedure di purificazione tendenti ad eliminare tutti quei componenti che avrebbero intralciato (o peggio) l'azione terapeutica. Esperti della materia, pertanto, provvedevano alla bisogna tramite bruciatura, esposizione al sole, successive decozioni con l'aggiunta di specifiche erbe. Solo dopo tale trattamento le piante potevano diventare componenti di farmaci (l'Ayurveda esclude l'utilizzo della singola pianta, singoli estratti o estrazione di principi attivi).

Oggi anche in India, ovviamente, le tecniche di indagine messe a disposizione dalla moderna farmacologia, tossicologia, la sperimentazione in vitro, la sperimentazione su cavie e quella sull'uomo, consentono, con assoluta certezza scientifica, di escludere dalla catena produttiva tutte quelle "materie prime" che non rispettino gli standards internazionali.

E' ancora viva la risonanza data dai mezzi di informazione circa alcuni importanti "effetti collaterali" provocati da certi farmaci ipocolesterolemizzanti.

Il Guggulu, nonostante la sua decisa efficacia contro gli eccessi di colesterolo e di trigliceridi, e come antinfiammatorio in problemi articolari e contro altri disturbi, è relativamente poco conosciuto ed utilizzato in occidente, nonostante le ricerche fin'ora effettuate, confermino l'assenza di "effetti indesiderati".

Per me, modesto studente, la fonte per eccellenza della farmacopea indiana è, principalmente, INDIAN MATERIA MEDICA. In questo importante Testo il Guggulu viene così trattato:

IL GUGGULU NELLA FARMACOPEA INDIANA:

A seconda del Paese o della regione questa pianta assume nomi diversi, per cui la si può incontrare sotto il nome di Guggula, Kou-Shikaha, Salaitree, Gum-gugul, Indian

fuoco, liquefatta al sole, forma con acqua fredda una emulsione lattiginosa. Viene usata solo l'oleo-gomma-resina. Secondo la letteratura indiana i costituenti sono: Olio volatile, gomma resina e principio amaro.

Tradizionalmente ha azione di: Sedativo, lassativo, alterativo (nutriente), carminativo (anti coliche), antispasmodico ed emmenagogo (stimola il flusso mestruale). Non ha azione sulla pelle integra, ma sulla pelle abrasa e, sulle membrane delle mucose, la sua azione è astringente ed antisettica. Quando è assunta internamente la sua azione è amara, stomacica (stimola le secrezioni dello stomaco) e carminativa, stimola l'appetito e migliora la digestione. Produce una sensazione di caldo nello stomaco ed è rapidamente assorbita. Come tutte le oleo-resine causa un incremento dei leucociti nel sangue e stimola la fagocitosi. E' eliminata dalla pelle, dalle mucose, dai reni e nel corso della sua eliminazione li stimola e disinfetta le loro secrezioni. Come diaforetico stimola l'espettorato ed è diuretico. E' completamente innocua e può essere assunta per lungo tempo senza effetti negativi. Talvolta produce eruzioni eritematose e raramente possono apparire sintomi di irritazione renale, ma queste rapidamente scompaiono con la sospensione.

Azioni ed usi in Ayurveda e Siddha: Gusto amaro, astringente-kashaya, effetto postdigestivo-katu vipaka, riduce vata e kapa, pitta karam, leggero, mobile-saram, digestivo, secco-ruksham, rasayana, ruvido-karam, ecc.

Azioni ed Usi in Unani. - Caldo di 3°. Secco di 2°; risolve le emorroidi, la tosse dovuta ad umidità, purgativo.

Preparazioni: Pasta o Unguento, confettura, impiastro, compresse.

Usi: La gomma di Guggulu è una oleo-gomma-resina talvolta usata al posto della mirra, è molto economica; viene usata la gomma fresca o recentemente essudata. E' usata nei reumatismi, malattie nervose, affezioni scrofolose (linfadenite tubercolare), disordini urinari, malattie della pelle. E' tenuta in alta considerazione nel trattamento dei reumatismi, presa internamente ed applicata localmente. Mischiata con succo di lime o olio di cocco viene applicata come impiastro, o in forma di lozione nelle ulcere non dolenti, nelle brutte ferite e la lozione viene gargarizzata nelle carie, secrezioni morbide, piorrea alveolare, tonsilliti e faringiti croniche e ulcerazioni

della gola. E' usata come stomacico nella dispepsia cronica con dilatazione ed atonia delle pareti dello stomaco. Come disinfettante intestinale è usata nel muco cronico dell'intestino, coliti croniche, ulcerazioni tubercolari dell'intestino e diarrea. E' utilizzata per stimolare l'appetito, migliora le condizioni generali, riduce la febbre, causa l'assorbimento di prodotti effusi e riduce la secrezione da malattie superficiali. Nella tubercolosi polmonare stimola l'espettorazione, diminuisce e disinfetta lo sputo. Nel versamento pleurico e nell'ascite da peritonite tubercolare è conosciuto per essere di grande valore. E' anche usata nell'anemia, neurastenia, debilitazione e condizioni affini. Il Guggulu preso in forti dosi ogni 4 o 6 ore è considerato giovevole nelle laringiti, bronchiti, polmoniti e pertosse. E' spesso combinato con salicilato di sodio. E' noto per migliorare le condizioni generali del paziente nella lebbra, riduce la stanchezza, conferisce senso di benessere e riduce il dolore dei nervi che è molto comune in questa malattia. Nella pielite, cistite e gonorrea (spermatorea) è usato dopo che i sintomi acuti si sono ridotti. Nella endometrite (infezione della tunica mucosa dell'utero) cronica, amenorrea e menorragia è particolarmente apprezzato. Somministrato in larghe dosi è nota la sua azione contro la leucorrea. Inhalazioni di fumi di Guggulu bruciato sono prescritte nella febbre da fieno, muco nasale acuto e cronico, laringiti croniche, bronchiti croniche e tisi. Gli effetti benefici della droga in molti dei disturbi sopradescritti possono essere spiegati dalla presenza dell'oleo-resina che contiene sostanze aromatiche attive. Come impiastro è applicato nel singhiozzo, nella depressione, in cui agisce istantaneamente. Una preparazione chiamata *Yogaraja guggula* è la favorita nei reumatismi ed è composta da diversi ingredienti. Altra preparazione simile nella composizione è *Trayodasang guggula* che è realizzata con 13 aromati aggiunti ed è raccomandata nell'uso per i reumatismi (lombaggine), affezioni dei lombi e del sacro. Nelle affezioni reumatiche delle giunture e delle ossa è usata una preparazione chiamata *Adityapaka guggula*. Altre preparazioni sono *Vatari rasa*, *Kaisara guggula*, *Sadanga guggula*, *Amrita guggula* e *Kanchanara guggula*. *Triphala guggula* è un semplice rimedio domestico molto usato nella gonorrea, idropsia, ulcere acute, sifilide ecc. E' preparata con 5 parti di guggula, 3 di triphala, 1 di pippali e miele sufficiente per confezionare una pillola dopo averli mischiati tutti assieme. Dose 5 gr. . Nel Sushruta Samhita il Guggulu trova ampia trattazione.

ATTUALITA' DEL GUGGULU IN OCCIDENTE:

Gli studi condotti in occidente sul Guggulu si possono qui riassumere come segue:

Risulta che il consumo nella forma nativa provochi effetti collaterali sgradevoli a livello gastrointestinale, dovuti alla frazione insolubile (55%). L'oleo-resina purificata, contenente

quindi solo la frazione solubile (45%), contiene tutti i componenti ai quali si devono gli effetti anticolesterolo ed antinfiammatori.

La resina contiene una complessa combinazione di steroidi, diterpenoidi, esteri alifatici e carboidrati. Di particolare interesse sono i composti steroidei chiamati genericamente guggulsteroni, che rappresentano i principali responsabili del benefico effetto dimostrato dal Guggulu sul metabolismo lipidico.

La somministrazione di Guggulu durante una sperimentazione condotta su ratti resi obesi ed ipercolesterolemici da una dieta opportunamente sbilanciata, ha chiaramente sortito l'effetto di abbassare la colesterolemia e ridurre il rischio di insorgenza di arteriosclerosi.

Risultati più interessanti sono quelli scaturiti dalla sperimentazione sull'uomo: pazienti colpiti da ischemia e trattati con dosi giornaliere di 10-15 g. di Guggulu per tre mesi hanno riportato cali medi del 25% nel livello di colesterolo e del 30% dei trigliceridi.

In un'altra sperimentazione condotta su 22 pazienti affetti da iperglicemia è stata somministrata una dose giornaliera di 1500 mg. di estratto di Guggulu per un periodo di 6 settimane. I risultati raccolti hanno evidenziato una riduzione della colesterolemia pari al 24,5% e della trigliceridemia pari al 27,3%.

Inoltre il Guggulu può promuovere la salute dell'apparato cardiocircolatorio grazie anche alla sua capacità antiossidante ed alla sua abilità nell'inibire l'aggregazione piastrinica.

Queste proprietà sono state confermate da sperimentazione in vitro e su ratti nei quali era stata precedentemente indotta necrosi del miocardio.

Anche l'attività antinfiammatoria attribuita al Guggulu dalla tradizione indiana è stata oggetto di sperimentazione su ratti affetti da artrite reumatoide opportunamente indotta. I dati raccolti hanno evidenziato una riduzione del rigonfiamento articolare.

CONCLUSIONI:

In conclusione gli studi fin'ora condotti sul Guggulu confermano e, talvolta, ampliano le indicazioni fornite dalla medicina Ayurvedica, nonostante per la scienza occidentale, si rendano (giustamente) necessari ulteriori approfondimenti farmacologici ed ulteriori sperimentazioni di laboratorio.

Fonti: Swami Joythi Mayananda; Indian Materia Medica del dr. Nadkarni; Eurosup – Pavia.

Basic principles of Dravyaguna vigyan.

Dravyaguna is the science of drugs, their properties and actions. It deals with various aspects of the knowledge about drugs such as identification, properties, actions and uses. It also includes dosage, compatibility and processing of drugs.

The drug performs certain actions in the body by virtue of its properties.

(Rasa, Guna, Vipaka, Varya)

RASA-

Rasa (Taste indicative of chemical composition) is the object of the gustatory sense organ which is located in the tongue, but it is not only perception of taste but is an indicator of the composition, properties and probable action of the drug.

It is practically impossible to find a dravya having only one rasa, because different permutations and combinations of mahabhutas different Rasa are produced and contained

in it. Rasa is manifest, stable till dry state and is perceived at first while Anurasa is

unmanifest, unstable and is perceived in the end. Keeping in view the multi rasa nature of dravyas, sixty three possible combination have been proposed in consonance with the identical

number of combination of Dosas. The idea is that a particular combination of Rasa is to be applied in case of the identical combination of Dosas.

ACTION OF RASA—

Action of Rasa may be studied on the level of Dosas, Dhatus, Malas, Agni and Srotas.

Action on Dosas—

Madhura, Amla, Lavana—Increase kapha, Decrease vata.

Katu, Tikta, Kashaya—Increase vata, Decrease kapha.

Action on Dhatu—

Madhura-Increasing all the Dhatus & vitality in general.

Amla-Decreasing effect on shukra dhatu.

Lavana – Ketabolic in effect, Increasing water content causes laxity in body.

Katu, Tikta, Kashaya—Absorbing effect.

Action on Mala—

Madhura, Amla, Lavana—Laxative, Diuretic, Carminative.

Katu, Tikta, Kashaya—Stambhana, Anti-diuretic.

Action on Agni—

Katu, Amla, Lavana—Dipana, Pachana

Tikta—Dipana

Madhura, Kashaya—Adverse effect on Agni.

Action on srotas—

Katu, Tikta, Lavana—Srotosodhana.

Madhura, Amla, Kashaya—Precipitate Srotorodha.

Determination of Rasa

Taste with tongue is the criterion for determining the Rasa or Anurasa of a drug.

Method-

- Select 100-200 healthy volunteers, ask them to wash their mouth, Allow five minutes Gap between washing of mouth and tasting of drug.
- Serve 5 gram of powder of drug and record the Rasa and Anurasa what they perceive. Volunteers should not know about the sample. But some time two rasa manifest in a drug with almost equal intensity, both the taste may be perceived and it may be difficult to say which is the main Rasa.

To solve this problem as well as to determine the intensity of taste in a drug, taste-Threshold of drug may be important criteria.

Taste threshold values of drugs are determined by many methods and ways—

1. Taste-threshold value in cold water.
2. Taste-threshold value in hot water.
3. Taste-threshold value 6 hour after boiling.
4. Taste-threshold value in 1% saline solution.
5. Taste-threshold value in 1% glucose solution.
6. Taste-threshold value in 1% citric acid solution.
7. Assessment of Taste-threshold in green and dry form of drug.
8. Assessment of the effect of storage on Taste-threshold of drugs.
9. Assessment of Taste-threshold of drugs collected from different parts of country.
10. Modern experiments—Moisture value, Ash value, PH value, Solubility, TLC.

Guna :

Guna is that which is located in Dravya inherently, is causative agent and devoid of property and action.

Gurvandi Gunas :-

They are twenty in numbers and in ten pairs.

Those gunas are physical as well as pharmacological properties. Gurvadi gunas are in body tissues on one hand and in

diet and drugs on the other hand which influence the former. Because they are found in body tissues and the substances influencing them. They are also called as Sharir Guna.

Paradi Gunas :-

These gunas are used in various contexts particularly in pharmacy and medicines.

Visista Gunas :-

The five specific sense-objects are called as Visista Gunas.

Adhyatmika Gunas :- Psychological qualities.

Vipaka

Vipaka is the transformed state of ingested substance after digestion. It is said to take place at the time of division of Rasa & Mala after digestion is completed.

Effect of Vipaka:

Vipaka	Guna	Dosha	Dhatu	Mala
Madhura	Snigdha, Guru	Kapha increasing	Semen increasing	Laxative & Diuretic
Amla	Snigdha, Laghu	Pitta, increasing	Semen decreasing	Laxative & Diuretic
Katu	Rukasha Laghu	Vata increasing	Semen decreasing	Constipation Ant diuretic

Criteria for assessment of Vipaka

The effect of vipaka on the Dosha, Purisha & Mutra will be assessed.

1. The promotion of particular dosha will inferred on the basis of symptoms of :
Vatavidhi, Pittavidhi & Kaphavidhi.

The smooth or difficult elimination of stool & urine and increase & decrease of the quantity of stool & urine will be also the criteria for judging the vipaka.

Increase or Decrease in semen or sperm count may be assessed at the level of dhatu.

Veerya

Veerya means potency, power, or efficiency of drugs. All actions are done by

by veerya and nothing is done without veerya.

The potency of a drug by which it performs its actions right from its ingestion till excretion, with special reference to its action on the Dosha—
Dushya sammurchhana is called Veerya.

Determination of Veerya:

Charaka has said that the veerya of a drug is to be determined from the actions it produces in the body right from till its excretion or elimination

from the body. Thus all pharmacological actions of the drugs are explained by veerya. However it is difficult to access and ascertain Veerya of drugs unless a general proforma is prepared for it.

Following criteria may be useful for determination of veerya:

Ushna Veerya Sheet Veerya

- Reaction in distilled Water Exothermic Endothermic
- Reaction in artificial Gastric juice Exothermic Endothermic
- Appetite Increased Decreased
- Sleep Decreased Increased
- B. P. Increased Decreased
- Stool Hard / difficult smooth
- Urine Decreased Increased
- B.M. R. Increased Decreased

Prabhava :-

The specific potency of a drug is known as Prabhava. The number and predominance of Panchamahabhutas may be similar in two drugs, but the configuration or placing of these mahabhutas may differ giving rise to a particular action may be called Prabhava.

Dravya Karma prakriya (How the drug acts?)-

Acharya charaka says : It is not exclusively by virtue of their qualities that substances are

active. Whatever, therefore substances do, whether by Dravya prabhavat or Guna prabhavat

or Dravyaguna prabhavat, in any given time, in any given place, having been administered in a given mode, with a given result in view- All that is their action.

The following points emerge from the above discription of drug action—

- Actions or Effects of drugs (Yat kurvanti tat karma)
- Potency of drug (Yen kurvanti tat veeryam)
- Site of action (Yatra kurvanti tat adhikaranam)
- Time of administration of drugs and the period of their optimum concentration in the
- Blood or the organ (Yada kurvanti sa kalah).
- Mode of action (Yatha kurvanti sa upayah)
- Specific therapeutic action (Yat sadhayati tat phalam).

EFFECT OF RASAYANA KALPA VATI ON

RAJONIVRITTI

(MENOPAUSAL SYNDROME)

PROF. (MISS) INDU.U.MISTRY. Professor & Head,

“Yatra naryastu pujiyante ramante tatra devatah”

This quotation suggests that wherever women are worshiped, the God exist there. The real worship of women is nothing else but to provide them good health by the removal of every type of diseases and make them mentally happy. Because the woman is the centre point of the family, society, nation and the world.

The power of regeneration is the greatest gift endowed by God upon mankind and the women has a pivotal role in it. Menarche and menopause are two landmarks in a woman's life and the period in between these is the period of reproduction. God has a remarkable way of reminding a woman of her wonderful ability of reproduction, he did it in the form of the monthly menstrual cycle and menarche is the first onset of menstruation. Menopause in other hand is the counter part of menarche is final stage of reproduction. The menopausal period is divided into three.

First is climacteric is the counterpart of puberty and is a transitional phase lasting from 1 to 5 years during which the genital organs involutes in response to the cessation of gonadal activity and to her physical and psychological changes occur. All are collectively known as pre-menopausal syndrome.

2nd, menopause (change of life) refers only to cessation of menstruation. Third is post-menopausal period.

Age – As far as the ancient literature on menopausal state of woman is concerned only few scattered references are to be found. In Sushruta Samhita it has been described as –

“Tadvarsat dvadasat kale vartamanamasrk punah / jara pakva sareeranam yati pancasatah ksayam //” (Su.Sa.3/9)

The first half of the quotation refers to causes of puberty and menarche, while second half

describes the climacteric and menopausal stage results due to Jarapakva Avastha of body at the age of 50 years.

The menopause usually occurs between the ages of 45 and 52 years, but it is not uncommon to meet women of 53 or 54 years who are still menstruating regularly. It is governing by familial and racial and with the possible of economic and social factors.

Climacteric and menopause are physiological process of woman's life because of the ovaries cease to react to the stimulus of the anterior pituitary gland. This is related to the disappearance of all the primary oocytes, which is an ageing effect. A number of somatic, physiologic and psychological changes occur during this period and for this reason many women approach this stage with a dread due to the fear of insanity, loss of femininity, obesity, loss of their husband's affection and associated it with the development of cancer. Sometimes it attains the stage of disease. Menopausal syndrome is a common disorder among the woman, which often comes across in the subject of stree-roga.

SIGNS AND SYMPTOMS DURING RAJONIVRITTIKALA

(CLIMACTERIC PERIOD) -

Being an alarming problem it needs utmost care and effective treatment, though now hormonal replacement therapy (HRT) has spectacular achievement in combating the problem, still a high risk exists due to serious side effects of this therapy. On the contrary, in Ayurvedic system of medicine though a specific reference about this particular disorder is not seen but certain therapies like rasayana are found to be very useful. Because it is a state of Dhatukshaya and dominancy of vatadosha.

DOSA: Vata, Vrddhi, Laghuta & Ruksata
Pitta, Manda, Jatharagni & Dhatvagni mandya
Kapha, Ksaya

DHATU:

Rasa – Ksaya – Hridrava, Hritpida, Ksaya, Sosa, Glani, Srama, Sabdasahisnuta.

Rakta – kshaya – parusata, amla-seeta prarthana, sirasaithilya, ruksata.

Mamsa – ksaya – sandhivedana, toda, suskata, ruksata.

Meda – ksaya – sunyata, medovrddhi, saithilyata,

Asthi – ksaya – asthitoda, asthibheda.

Majja – ksaya – vataja roga.

Sukra – ksaya – loss of sukra & artava.

MALA

Purisa Vibandha.

Mutra – Prakruta.

Sweda Atipravriti.

MANASIKA: Soka, Bhaya, Cinta, Krodha.

GENERAL SIGNS & SYMPTOMS :-

Emotional upsets like:

Depression, Increase in weight, Excitability, Subcutaneous fat deposition on hip, buttocks and around the breast, Nervousness, Irritability, Skin becomes wrinkled and less elastic, Hair appearing on face. Hot flushes are common.

Genital changes:

Vulva – progressive atrophy with scanty hair and narrowing of the vaginal introitus.

Vagina – it becomes narrow, dry and loss of rugae. pH rises, so epithelium atrophy becomes seen.

Cervix – portio vaginalis atrophied and get flushed with vaginal wall.

Uterus – body is felt small and hard.

Fornices are not felt. Ratio between body and cervix reverts to 1:2, endometrium becomes thin.

Fallopian tubes – shrink in size and motility is diminished.

Ovary – shrink in size, become wrinkled and white.

Breasts – show gradual atrophy of the glandular tissue resulting in flabbiness, deposition of fat occurs.

IMPORTANCE OF RASAYANA –

The measures by which an excellence of rasadi dhatus are accomplished and maintained is known as rasayana therapy.

The rasayana therapy aims specially at the promotion of strength and vitality in the body. It has been stated as a measure to contribute an excellence and maintain the integrity of saptadhatu and thus increase the longevity. The other benefits are preservation of youth, age, lusture, complexion, voice and generosity; the maintenance of optimum strength of the body and senses. Rasayana karma may be due to induction of enzyme and hormones mediated through endocrine chain according to the body needs for adaptation and survival during health, stress and disease. In nut shell these are the multifactorial action of rasayana therapy.

Promote body resistance and immunity.

Improve mental acuity, memory and intelligence.

Increase vitality.

Stimulate metabolism.

Accelerate anabolism.

Activate nervous system.

Prevent senile degeneration.

Restore health and increase life span.

Rejuvenate failing sexual function.

Create general well being.

Rajonivritti or menopausal syndrome is the effect of ageing process. To see the above actions of rasayana a compound of 7 herbal drugs (Rasayana kalpa vati) having rasayana property was used for trial to prevent the bad effects of rajonivritti.

Rasayana kalpa vati – contains Haritaki, Amalaki, Guduchi, Guggulu, Pravala bhasma, mandukaparni and Jatamamsi in equal parts [pravala bhasma two parts of total quantity].

Dose – 2.5 gms. Thrice in a day.

Duration – one month.

Anupana – Warm Milk.

MATERIALS & METHODS:

Total 61 women aged between 35 to 55 years showing clinical features of menopausal syndrome were selected irrespective of race, religion, caste and creed for the study. Patients with excessive and irregular bleeding per vagina were excluded.

The efficacy of the drug was judged on the basis of following criteria –

1. Symptomatic relief caused by the treatment was assessed periodically in terms of subjective feeling of well being and reduction in the symptoms complained by the patients.
2. The essential investigations – Serum FSH level was taken into account for assessing the action of the drug.
3. Shift of maturation index (MI) of vaginal cytology to the right (increased oestrogen level).
4. Quantitative assessment of the symptoms was done by adopting scoring method, the basis adopted was as follows –

CONCLUSION:

The observations of the study have shown that patients come in climacteric stage is encountered 40 to 45 years of age group. Population studies have shown that the menopausal complaints are much problematic in starting climacteric, women around age 40 to 45 years is larger than that of elder women age 50 to 55 years. The drug shows marked improvement in all the signs and symptoms, It decreases the serum FSH level means ultimately the drug has oestrogenic effect. In dhatukshayatmaka lakshanas the therapy has also shown better effect. It has shown positive effect on vaginal cytology due to its oestrogenic effect.

The predominance of vata in old age is universally stated and a surplus in the vata occurs during senile state. The progression of ageing with dhatukshaya again adds to the increase on the vatadosa. However, considerable increase in vata and decrease in kapha is evident of Rajonoivritti and Rasayana therapy is very useful to prevent it. In other hand, health care providers or family members mainly husband should be well informed and should encourage women to away from various tension, take regular exercise, eat balance food, control their weight and use appropriate methods for healthy life planning. It is essential to ensure that a woman understands that the menopause represents a change of life and not an end of life.

PROF. (MISS) INDU.U.MISTRY. Professor & Head,

Department of Stree roga & Prasuti tantra,
Institute of Post Graduate Teaching & Research
in Ayurveda, Gujarat Ayurved University,
Jamnagar – 361 008. Gujarat state, India.



UN ESPERIENZA

caro MAESTRO,

Sono lieto di por esprimere la mia opinione sul trascorso digiuno avvenuto a Pesaro per 4 giorni in aprile 2002.

Mi chiamo Carlo Pastorino e sono un chirurgo ospedaliero a tempo pieno, convinto da mia figlia Francesca partecipare al digiuno ayurvedico. Ci siamo armati di buoni propositi e ci siamo recati al convegno. gradevole sorpresa e' stata quella di trovare una simpatica compagnia di giovani e non giovani.

Devo pubblicamente riconoscere e esprimere la mia soddisfazione per cio che ho provato e sentito dentro.

Devo riconoscere che e' la prima volta che mi sono sentito fisicamente in perfetta sintonia mente-corpo, leggerezza capacità di concentrazione fine dei piccoli ma fastidiosi problemi di alitosi, dispepsia aerofagia pesantezza del capo sonnolenza, sonno regolare e lungo.

Ci possiamo spiegare bene con la fisiologia il perché di questi successi, esistono trattati sulla terapia del digiuno.

In ogni caso non potendomi dilungare, comunico al maestro e colleghi di continuare a divulgare questa disciplina e sicuramente il 2003 sarà pieno di partecipanti.

Ringrazio il maestro e tutti i suoi collaboratori

dr. Carlo Pastorino

STANDARDIZZAZIONE DEI FARMACI GREZZI

DR. V.V. DOIPHODE

M.A. Sc. Ph.D (Ayu)

Al giorno d'oggi si sente la necessità di una standardizzazione della Filosofia Ayurvedica in generale e dei farmaci ayurvedici in particolare.

Avendo il potenziale per divenire, negli anni a venire, la medicina alternativa nel mondo, l'Ayurveda è osservata come una importante scienza del domani. Allo stesso tempo sono entrati nel campo della diffusione dell'Ayurveda abusi commerciali. Gli aggettivi erboristico o ayurvedico fanno aumentare 10 volte il prezzo di qualsiasi farmaco. Il semplice uso di uno o due componenti vegetali non può trasformare un prodotto in ayurvedico. C'è un certo numero di erbe che non sono chiaramente identificate, alcune sono controverse, altre non sono reperibili in quantità sufficiente per l'uso, il che porta all'utilizzo di succedanei o addirittura all'adozione di alcuni componenti adulterati.

Il Medico può prescrivere farmaci ai propri pazienti con sicurezza e con fiducia, soltanto se la standardizzazione ai tre livelli gli garantisce la purezza del farmaco, cosa possibile.

La standardizzazione avviene in tre stadi:

- 1). La Materia Prima
- 2). Il Processo di trattamento
- 3). Il Prodotto finito

Noi ora stiamo considerando la standardizzazione della Materia Prima.

Questa standardizzazione deve essere eseguita in due livelli principali:

- 1). A livello individuale, quando il Vaidya prepara la propria medicina
- 2). A livello industriale dove si produce su larga scala.

E' necessario che si renda disponibile un regolare ed uniforme approvvigionamento di materie prime. Nell'industria sono disponibili sofisticati strumenti di analisi ma per il singolo il supporto di un ben organizzato laboratorio potrebbe non essere possibile. E' una necessità attuale che siano resi disponibili metodi identificazione e standardizzazione anche a livello individuale.

L'Ayurveda che è la scienza della vita fornisce con lo standard (misura di un buono e sano stile di vita) la vera definizione dell'Ayurveda.

Un sano stile di vita, con Dosha, Dhatu, Mala e standards a livelli normali, si mantiene attraverso comportamenti Sama (bilanciati), Appropriati ed Accurati. Lo scopo delle cure Ayurvediche è dunque quello di ristabilire l'equilibrio o il normale Sama delle entità di cui sopra.

Per la cura di qualsiasi disturbo i farmaci di origine vegetale hanno un ruolo primario.

L'efficacia di qualsiasi farmaco è direttamente proporzionale alla

identità, purezza, e qualità del farmaco vegetale.

Diviene quindi essenziale standardizzare il farmaco prima

di somministrarlo. I classici dell'Ayurveda hanno indicato vari parametri per la standardizzazione dei farmaci grezzi; per esempio per la buona qualità di una sostanza ci si riferisce a identità, purezza e buona qualità del farmaco. Alcune sostanze sono conosciute come "accettabile – non accettabile".

Sebbene nei classici Ayurvedici non siano indicati i caratteri microscopici di particolari farmaci, i vari sinonimi e le note dei commentatori servono al medesimo scopo di corretta identificazione ed attenuazione delle controversie che riguardano le piante.

Il sinonimo "Chitraparni" indica la foglia multicolore di "Prushniparni" (Uraria Pitta); allo stesso modo si possono citare diversi esempi come "Chiara Tandul" per Vidang, Sinhanan per il fiore di Vasa. Vi sono comunque elementi di soggettività e di esperienza personali basati su metodi organolettici. Mentre la standardizzazione dei farmaci secondo gli orientamenti dell'Ayurveda in tutto il mondo (può attendere?), la standardizzazione attraverso criteri oggettivi e metodi accettabili è un bisogno attuale. Inoltre recentemente l'utilizzo di medicine vegetali è aumentato considerevolmente perché:

- 1) – Sono spesso le uniche medicine reperibili nei Paesi meno sviluppati.

- 2) – Stanno diventando alternative diffuse nei Paesi più sviluppati, e nel frattempo si è realizzato che le piante medicinali sono una risorsa limitata per nuovi prodotti ed una potenziale fonte per nuovi farmaci e, dunque, di sviluppo economico. Per questo è necessario sviluppare un esauriente programma per la standardizzazione che riguardi la coltivazione, la preparazione, la valutazione, l'utilizzazione e la conservazione dei medicinali erboristici.

Bisogna poi considerare alcuni fattori come la genetica variabilità, la biodiversità, la conservazione e l'utilizzo delle piante.

Per la determinazione dell'identità ogni punto della lista che segue è importante:
a) – Purezza – i semi di Marich e Gulbakshi devono essere identificati a causa dell'aspetto simile.

- La polvere di Haridra e Starch
- Nagkeshar e Germogli di Twalk
- Chiodo di garofano e Tintura madre o Estratto di Chiodo di garofano.

Questi sono esempi di aspetti simili ma azioni differenti.

b) – Identità – La radice di Citrak può essere raccolta dopo essere stata separata da altre radici.

c) – Qualità – Il Chiodo di Garofano maturo può essere raccolto dopo 9 anni di coltivazione.

- Per un'ottima qualità e rendimento Chandan deve essere raccolto dopo 20 anni.

- I semi di Haritaki

possono essere solidi, rettangolari, oleosi.

d) – Attenuazione delle controversie, per esempio: si usano quattro varietà di Rasa, per queste, il riferimento è Pleusia Lanceolata. Fra le 60 specie di Purpataka, Fumaria Parviflora è quella di riferimento.

e) – Notevole biodiversità: le piante coltivate in differenti aree geografiche hanno differenti proprietà; per esempio Shatavari raccolto in differenti aree geografiche mostra caratteristiche differenti. La classica attività galattogena ricorre solo in varietà coltivate e raccolte in una area specifica.

f) – Variabilità Genetica – Variazioni nei principi attivi si registrano secondo mutazioni di ploidie ed

Ibridi. Vi sono variazioni nei principi attivi in normali piante diploidi ed in quelle poliploidi. Normalmente le poliploidi mostrano variazioni nella morfologia, ad esempio l'Acorus Calamus. Il contenuto volatile di questa pianta è leggero ed è 2,1 nelle varietà diploidi mentre nelle varietà tetraploidi è 6,8 ed è giallo-scuro e viscoso.

g) – Coltivazione contro la crescita spontanea: Aswagandha, Bala, Shatavari, Amla, possiedono

differenti proprietà a seconda del processo di coltivazione. La varietà selvatica ha proprietà

differenti. Una esatta analisi dei prodotti coltivati in serra deve essere ancora approntata.

h) – Accettabilità globale ed aumento delle esportazioni - Se consideriamo lo scenario attuale

dei metodi di standardizzazione, le Farmacopee disponibili sono:

- 1) - British herbal pharmacopoeia
- 2) – B.H. compendium 1991
- 3) – Gli standards giapponesi per le medicine vegetali 1993
- 4) – Farmacopea Ayurvedica Indiana
- 5) – Le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità
- 6) – Monografie complete.

LINEE GUIDA DEL W.H.O.

Titolo della monografia:

Botanica

Valutazione sensoriale:

microscopia visiva, tatto, odore, gusto.

Problemi stranieri: piante, animali, minerali stranieri.

Microscopia: osservazioni istologiche, rilevazioni istochimiche

Fisiocchimica: - TLC

- Cenere totale, acido-solubile, acqua-solubile

- Sostanza estraibile in acqua calda, acqua fredda, etanolo

- Contenuto in acqua e sostanza volatile, LOD, Azeotropi

- Oli volatili – attraverso distillazione a vapore.

Farmacologia: Valutazione delle unità di principio amaro con soluzione std. di cloridrato di chinino

Attività

emolitica in sangue di bue per comparazione con Saponina std.

Azione

Astringente – Frazioni (tannini) che legano con std. Polvere

Indice di

rigonfiamento in acqua

Indice di

schiumosità: altezza della schiuma prodotta da 1gm. di sostanza.

Tossicologia: Residui di pesticidi

Arsenico:

macchia prodotta su carta HgBr₂ in comparazione con macchia std.

Metalli pesanti: Cadmio e Piombo.

Contaminazione microbica: conta totale degli Aerobi vitali.

Patogenesi: Enterobatteriacee, E coli, Salmonella.

Aflatossine

Contaminazioni radioattive

La maggior parte delle linee guida del W.H.O. sono accettate. L'aspetto importante nelle linee guida del W.H.O. è il T.L.C., attraverso il quale la Gas-cromatografia, HPLC, l'identificazione dei prodotti delle piante, è decisamente attendibile.

Meriti della standardizzazione farmacognostica:

- I. E' in consonanza con i metodi organolettici menzionati in Ayurveda.
- II. E' il metodo più veloce per individuare i principi attivi.
- III. E' un metodo razionale; come la morfologia è legata alla descrizione Ayurvedica.
- IV. Costo effettivo del metodo
- V. Richiede equipaggiamenti chimici minimi.
- VI. E' un metodo poco complesso.

Livelli di standardizzazione farmacognostica:

- VII. Macroscopia
- VIII. Morfometria
- IX. Microscopia
- X. Micrometria
- XI. Istochimica
- XII. Microchimica

Utilizzando la cromatografia, la standardizzazione del materiale vegetale è molto agevole. E' un'impronta digitale.

L'identificazione degli agenti adulteranti è molto più facile con la T.L.C..

Per esempio il Guggulu: con la cromatografia possiamo avere uno strato standard di Guggulu che può essere separato dalle altre sostanze, mischiate con esso, che avranno strati separati.

I comuni adulteranti, Gomma acacia, avranno strati completamente differenti. La standardizzazione farmacognostica è raccomandata anche dal W.H.O. ed i suoi meriti sono molto utili. I metodi di cui sopra, comunque, richiedono sofisticate tecniche di laboratorio. Se vogliamo standardizzare una droga a livello della radice erbosa, metodi semplici come l'identificazione morfologica sono più comodi. Queste identificazioni sono possibili con la farmacognosi. Per standardizzare e caratterizzare botanicamente le sostanze delle droghe grezze, sono utilizzati i seguenti metodi:

- Macroscopia
- Morfometria
- Microscopia
- Micrometria
- Istochimica
- Microchimica

La droga grezza è separata dalla pianta madre. Quindi l'identità morfotassonomica non può essere confermata ogni volta. Diverse parti delle piante sono utilizzate come materiale grezzo. Si estrae il tipo corretto di materiale grezzo (con rendimento di estrazione noto). Anche se raccolte ad una determinata età, ad un determinato stadio di crescita e stagione possono essere miste a droghe adulteranti, conosciute o

non conosciute, a causa di errori durante la raccolta. Questo metodo di identificazione e standardizzazione è profondamente legato ai principi dell'Ayurveda. Sushruta Samhita e Charaka Samhita hanno sottolineato l'importanza dell'identificazione e standardizzazione esattamente come negli studi di farmacognostica. E' comunque necessaria l'identificazione di altri metodi di standardizzazione che mantengano intatti i principi Ayurvedici. Diversi rami della farmacognosi e della Botanica in relazione con la morfologia, tassonomia, anatomia, istologia, biologia cellulare, istochimica, la Botanica dello sviluppo, plinologia, fisiologia delle piante, ecologia delle piante, fitochimica, genetica delle piante, biologia molecolare delle piante, sono utili per la corretta identificazione e standardizzazione delle piante Ayurvediche. Con l'aiuto di queste descrizioni è possibile una identificazione generalizzata, così come sono implicati caratteri esomorfici, ad esempio foglie, radici ecc. Per la standardizzazione dei dettagli individuali delle piante sono comunque necessari studi tecnici di farmacognosi. Esempi di Corteccia, Steli, Foglie, potranno essere considerati in un prossimo numero.

Traduzione integrale del testo redatto dal:

Dr. V.V. Doiphode

Prof. & Capo del Dipartimento di Ayurveda, Università di Pune.

STANDARDISATION OF CRUDE DRUGS.

Dr. V.v. Doiphode m. A. Sc.
Ph.d (ayu)

Need of standardisation of Ayurvedic drugs in special & Ayurved philosophy in general is very much today. Having potentials of becoming world's medical alternative in years to come, Ayurved is looked upon as an important science of tomorrow. At the same time commercial malpractices have entered in the field of propogation of Ayurved. Herbal or Ayurvedic adjective increases the prize of any drug ten times. Mere use of one or two Herb parts cannot make the product Ayurvedic. There are number of herbs which are not clearly identified, some are countroversial, many are not in sufficient quantity available For use, leading to practice of using substitutes or even to some extent adulterated parts. A phyician can safely & confidently use the drug for his patients, if only standardisation at all three levels guarantee him about purity of the drug, which is possible. .

The standardisation is at 3 stages – 1) Raw material.
2) Manufacturing process
3)Finished product

We are considering the standardisation of raw material. This standardisation needs to be at two main levels 1) Individual vaidya prepairing his own medicine.

2) At industry level where large scale production is made.

It is necessary that, a regular & uniform supply of standard raw material in made available.

In industry sophisticated analytical instruments are available, but for an individual, help of well established laboratory may not be possible. It is a need of today that, methods of identification and standardisation at individual level are made available.

Ayurved which is a science of life deals with the standards (Manam of Good and healthy life style) the very dfinition of Ayurved.

For maintainense of healthy life style standards of normal Dosh, Dhatu, Mal and Man is maintained by parameters like Sama, Samyak and Yathartham. Aim of ayurvedic management is therefore to restore the balanced or normal (Sama) state of above entities. For management of any disorder drugs from plant origin have prime role. Efficacy of any drug is directly propotinal to the identity, purity and quality of herbal drug. It becomes essential therefore to standardise the drug prior to its administration. Ayurvedic classics have given various parameters for standardisation of crud drug e.g. for qualities of good dravya sampat is refered to identity , purity and good quality of drug. Same is known as Grahya-Grahyatwa.

Though in Ayurvedic classics microscopic characters of a particular drug are not given, various synonyms and commentator's notes there upon serve the same purpose of correct identificatuion and mitigation of controversies regarding plants. A synonym 'Chitraparni' indicated multicoloured leaf of 'Prushniparni' (Uraria Pitta) similarly there are numbers of such examples such as 'Chitra Tandul' for Vidang, Sinhanan for Vasa flower etc. can be cited. However there has been subjectivity and an element of personal experience based on organoleptic methods. While standardising drug on Ayurvedic guidlines for wider acceptability across the globe, standardisation using objective and acceptable methods is need of the hour. Moreover in resent times use of herbal medicine is increased considerably because 1) They are often only medicines available in less developed areas and 2) They are becoming popular alternatives in more developed areas, meanwhile it has been realised that medicinal plants are a voluble resource for a new product & potential source for new drug and thereby economical development. Hence a comprihensive programme for the standardisation regarding cultivation, preparation, evaluation, utilisation and conservation of herbal medicine needs to be developed.

Some other major factors like genetic variability, biodiversity,

storage and usage of plants, needs to be considered. For determination of identity every point of the following list is important.

- A) **Purity-** Marich & Gulbakshi seeds, because of similar appearance must be identified. Haridra & Starch powder, Nagkeshar & Buds of Twak clove & Mother or extracted Clove

These are the examples of same appearance but different actions.

- B) **Identity-** Chitrak root should be collected after differentiation from other roots
- C) **Quality-** mature clove should be collected after nine years of cultivation. For optimum quality, and yield, Chandan should be collected after 20 years. Haritaki needs to be Ghan, Vruttta, & Snigdha
- D) **Mutigation of controversies-** e.g. there are four varieties of Rasa which are used, out of them, standard is Pleusia Lansiolata

Out of sixteen species of Purpataka, *Famaria parvitlora* is standard.

- E) **Wide Bio-diversity-** The drugs cultivated at different geographic areas have different properties e.g. Shatavari obtained from different geographic areas show different characteristics. Classical galactogenic activity is found only in variety, collected from a specific area.
- F) **Genetic Variability -** Variations in active principles

vary according to ploidy mutants and hybrids. There is variation in active principles in normal diploid plants and polyploid plants. Usually the polyploids exhibit variation in morphology e.g. *Acorus calamus*. Volatile content of this plant is light and 2.1 in diploid variety where as in tetraploid variety is 6.8. It is yellowish brown & viscous.

- G) **Cultivation against wild Growth -** Ashwagandha, Bala, Shatavari, Amala, do have varied properties depending on the process of cultivation. The wild variety have different properties. Exact analysis of products developed under Green House is yet to be decided.

H) **Global acceptability & increased export.**

If we consider the present synario of the steps or ways of standardisation Available pharmacopoeias are,

1. British herbal pharmacopoeia
2. B.. H. compendium 1991
3. Japanese standards for herbal medicines 1993
4. Ayurvedic pharmacopoeia of India
5. World health organisation guidelines
6. Comprehensive monographs

W.H.O. GUIDELINES

Monograph title – Botanical

Sensory evaluation – Visual microscopy/ touch/odor/taste

Foreign matter- foreign plants, foreign animals, foreign minerals

Microscopy- Histological observations, Histochemical detection.

Physiochemical

- ❖ TLC
- ❖ Ash- Total, Acid soluble, water soluble
- ❖ Extractable matter- In hot water, cold water, ethanol
- ❖ Water content & volatile matter, LOD, Azeotropic
- ❖ Volatile oils- By steam distillation

Pharmacological

- * Bitterness value- units eq. to bitterness of std. solution of quinine hydrochloride.
- * Haemolytic activity- on ox blood by comparison with std.ref. Saponin
- * Astringency – fraction (tannins) that binds to std. Powder
- * Swelling index- In water
- * Foaming index- foam height produced by 1Gm. matter

Toxicological

- ◆ Pesticide residues
- ◆ Arsenic- stain produced on HgBr₂ paper in comparison with std. Stain
- ◆ Heavy metals – Cadmium and Lead

- ♦ Microbial contamination – total viable Aerobic count.
Pathogens: -
Enterobacteriaceae, E coli,
Salmonella
Aflatoxins
- ♦ Radioactive contamination

Mostly W.H.O. guidelines are accepted. The important aspect in the W.H.O. guidelines is TLC. Through TLC, Gas Chromatography, HPLC, Identification of plant product, is Very much reliable.

Merits of
pharmacognostic
standardisation

- I. It is in consonance with organoleptic methods mentioned in Ayurveda
- II. Quicker method for locating active principle
- III. Rational method as morphology is concerned with Ayurvedic description.
- IV. Cost effective method
- V. Needs minimum equipments and chemicals
- VI. Less labourious

Steps in pharmacognostic standardisation

- (a) Macroscopy
- (b) Morphometry
- (c) Microscopy
- (d) Micrometry
- (e) Histo chemistry
- (f) Micro chemistry

By using chromatography standardisation of plant material is very easy.

It's finger printing, Identification of adulterant is very much possible by TLC. E.g. Guggulu by chromatography we can have a standard layer of

guggulu, which can be separated from other substances, mixed with it, which will have separate layer. Common adulterant, Gum acacia will have totally different layer.

. The pharmacognostics standardisation is also recommended by W.H.O & its merits in pharmacognostic standardisation are very useful. However the above methods require sophisticated laboratory techniques. If we want to standardise a drug at grass root level, simple methods such as morphological identification are more useful. These identifications can be done with pharmacognosy. To characterise & standardise botanically the crude drug material, following methods are used.

- Macroscopy
- Morphometry
- Microscopy
- Micrometry
- Histochemistry
- Microchemistry

The crude drug is detached from parent plant. Therefore every time morphotaxonomic identity cannot be confirmed.

Various plant organs/parts are used as raw material. The correct type of raw material (with known yield of extractive) is picked. Collected at particular age/developmental stage and season (mixed with adulterated drugs, either knowingly or unknowingly due to mistakes during collection). This methods of identification & standardisation is very much concurrent with the principles

of Ayurved. Sushrut Samhita & Charak Samhita have traced the importance of identification & standardisation exactly on the pharmacognostic studies. However use of other sciences for standardisation keeping basic principles of Ayurved intact is the need of the hour. Various branches of Pharmacognosy and Botany dealing with morphology, taxonomy, anatomy, histology, cell biology, histochemistry, developmental Botany, plynology, plant physiology, plant ecology, phytochemistry, plant genetics, plant molecular biology are useful for correct identification and standardisation of Ayurvedic plants. With help of these description generalised identification is possible as far as exomorphic characters are concerned e.g. leaf, root, etc. However for standardisation of individual plant detail technique of pharmacognostic studies are necessary. Examples of individual Bark, Stem, leaves can be considered in next issue.

Dr.V.V.Doiphode
Prof & Head Dept. of Ayurved,
University of Pune.

DRAVYA GUNA PADARTHA VIDYAN

Dr./Prof W. Deshpande
Rettore della Facoltà di Ayurveda,
Università di Pune, India

Ayurvediya Padartha Vidyan deals with the medical aspect of padarth vidyan. It gives the knowledge about the criteria of a padarth to be used as medicine and the varied aspects that should be considered to determine the medicinal value of any substance.

Dravya, Guna, Rasa, Virya, Vipaka and Prabhawa are the criterias on the basis of which medicinal value of any substance is considered. For example - If a substance is Guru in Guna and Madhura (sweet) in Rasa it will mitigate Vata Dosha. Thus the Guru Guna and Madhura Rasa determined that the substance is useful in curing Vataj Roga (disease related to Vata Dosha).

Following are considered as Ayurvedic Padartha -
See Also

Dravya, Guna, Rasa, Virya, Vipaka, Prabhava

- Dravya

Literal: The word 'dravya' is made from root word 'dru' means flow. The things that flow in due course of time, is called dravya. In other words dravya, in due course of time, divides, combines and continuously flows through a set of changes. All the things in our surroundings do have these characteristics, so all of them come under this category.

Definition:

Dravya is the dwelling place of guna and karma. It is

samvayi karana (essential factor) of other karya dravya. Without the existence of dravya, guna and karma cannot exist.

Classification of dravya
Dravya is categorized into two major divisions:

- Karan dravya:

- It is dravya, which is responsible for the creation and it cannot be destroyed (it cannot be fragmented further). It consist of nine dravya.

- Karya dravya

- Karya dravya is formed or originated from the appropriate combination of karan dravya. It is destructible, it means it exist for a time being and again get destroyed and merged into its karan Dravya

- Guna (Quality)

- Nirukti

The thing by which people get attracted towards the dravya (substance) is called Guna (property)

Definition

- Guna (property) is the intimate inactive resident of dravya (substance). It is not responsible for kriya (activities) so it is different from karma the other resident of dravya

This way we can define Guna as the intimate inactive resident of dravya, which is responsible to attract the people towards dravya.

Number of Guna

- According to Ayurveda Guna (properties) are forty one in number which are classified into following groups-

- Sartha Indriya Guna - These five are the guna of senses.

- Gurvadi Guna - These guna are also called as "Sharirik" guna. These are twenty in number

- Adhyatmic Guna - These are the six gunas of Atma. These could be felt in the living things only.

- Samanya Guna (General property) - There are total ten samanya Gunas.

- Sartha Guna - Following are the Sartha guna.

- Shabda (sound) - It is the property of Aakasha (space) mahabhoota.

Following three things are responsible for the production of sound:

i) Sanyog, ii) Vibhaga, iii) Shabda

Sanyog, Vibhaya, and Shabda are the imitate factor. Sound producing instruments like trumpet etc is the causative factor.

- Sanyog - Production of sound by hitting something is the example of sanyog. Here there is sayoga (meeting) of two things.

- Vibhaga - Tearing of paper produces sound here Vibhaga (seperation) of two parts of paper take place.

- Shabda - Production of one sound from another sound. Theory of sound production from another sound is called as

Vichitaranga Nyaya. This theory could be understood as follows - when one stone is thrown in the pond, a wave develops near the stone into the water. This wave generates another wave

around it gradually the wave is generated one by one till they reach the bank of the river. This way sound is produced in the aakash (space) and reach to us.

Shabda is categorised into two groups:

- a) Dhwanitmak (sound)
- b) Vanitmak (letters, alphabets). Shabda is received by Shrotra indriya (ear)

- Guna (Quality)
Nirukti

Rasa is defined as the sense which is received by Rasna i.e. tongue.

Classification and Pancha bhautiak relation -

According to Ayurveda Rasa (taste) is classified into sixty types. They and their dominating Mahabhootas are explained below :

Name of Rasa	Dominating Mahabhoota
Madhura (sweet)	Kshma (prithvi) & Ambu (jala)
Amla (sour)	Agni (teja) & Kshma
Lavana (salt)	Ambu (jala) & Teja (agni)
Tikta (bitter)	Kha (akasha) & Vayu
Katu (pungent)	Agni (teja) & Anila (vayu)
Kasaya (astringent)	Go (prithvi) & Amila (vayu)

Kshma i.e. Prithvi = Earth
Ambu i.e. Jala = Water
Agni i.e. Teja = Fire
Kha i.e. Akasha = Space
Vayu i.e. Anil = Air

Madhur

Definition: - The rasa which coats (vaktram anulimpati) & adhere inside the mouth when, providing a feeling of pleasure to the body and comfort to the sense organs. Ants (and other insects) like it.

Function

Aajanam satmya - being accustomed by birth
Kuruta dhatunam prabalam balam (provides greater strength in the dhatus)
Bala-Vridha-Kshata-Kshina-Varna-Kesha-Indriya-Ojsam-Prashasto (is very useful for children, the old man, the wounded, the emaciated, is good for the complexion, hair, sense organs and ojas).

- Brihanam (causes stoutness of the body)
- Kanthya (good for the throat)
- Stanya (increases breast milk)
- Sandhan (heals the tear and wear of the body)
- Guru (not easily digestable)
- Ayushyo (prolongs life)
- Jeevanah (helps lively activities)
- Snigdha (is unctuous)
- Pitta-Anil-Vishapah (mitigate pitta, vatta and poison)
- Kuruta-Ati-upyogan -samedah-shleshmajan gadansthauhya-agnisada sannayas-meha-gandarbid adikan (by its excess use it causes disease arising from fat and kapha, obesity dyspepsia, unconsciousness, diabetes, enlargements of glands of the neck etc (malignant tumor and such others))
- Amla

Definition: The rasa which

makes the mouth watery, causes horripilations and tingling of the teeth and closing of the eye lids and eye brow is named as amla rasa.

Function

- Agnidiptikrita (increase appetite)
- Snigddha (unctuous)
- Hridya (good for health)
- Pachan (digestive)
- Rochana (develops taste)
- Ushna Veerya (hot in potency)
- Hima sparsha (cold on touch)
- Preenanah (nourishing)
- Kledanah (moistening)
- Laghu (easily digested)
- Karoti kapha-pitta-asram (aggravate kapha and pitta dosha and asra i.e. blood dhatu)
- Mudhavat anulomamam (makes inactive vata move downwards)
- Soati-abhyastah-tanoh-kuryat-shaithilyam-timiran-bhraman-kandu pandutva-Visarpa-shopha-vishphotatrida-jwarana (In excess use it causes looseness of the body, loss of strength, blindness, giddiness, itching, pallor visarpa, swelling, pustules, thirst and fevers).
- Lavana

Definition: The rasa which causes more salivation and burning sensation in the checks and throat is named as Lavana.

Function

- Stambha-Sanghat-bandha-vidhma apano (removes the rigidity, clears the obstructions)
- Agnikrita (increases digestive activity)
- Snehana (lubricates)
- Swedana (causes sweating)

- Rochena (improves taste)
- Chheda-Bheda Krita (causes lacerations & bursting)
- So-atiyukto-asra-pawnam-khaleti-palitam-valim-trita-kushtha-vishavisherpan-janyeta-kshapyeta alan (In excess use causes increase of blood and vata, causes baldness, greying of hair, wrinkles of the skin, thirst, skin disease, poison visarpa and diminish strength).

- Tikta

Definition : The rasa which cleans the mouth and destroys the organs of taste is named as Tikta rasa

Function-

- Swayam aruchi (by itself is not tasty)
- Ushnuaruchima (it cures anorexia)
- Krimi-trida-visham-kustham-murchha-jawara-utklesha-deha-pitta-kapha-jayet (it cures worms, thirst, poison, skin disease, loss of consciousness, fever, nausea, burning sensation, mitigate pitta and kapha).
- Kleda-meda-vasa-majja-shakrita-mutra-upshoshanam (dries up moisture, fat, muscle fat marrow, faeces and urine)
- Laghu (easily digestable)
- Medhya (increases intelligence)
- Himo (cold)
- Ruksha (dry)
- Stanya-Kanthavishodhanam (cleans the breast milk and throat)
- Dhatu kshaya-Anilvyadhin-atiyogat-karotisah (over use it causes depletion of dhatus and disease of vata)
- Katu

Definition: The rasa which stimulates the tip of the

tongue, causes irritation, brings out secretion from the eyes, nose and mouth and causes burning sensation of the cheeks is named as katu rasa.

Function-

1. Katu gal amay-udarda-kushtha-alsak shopha jeta (It cures diseases of the throat, allergic rashes, skin disease, alasaka, swelling)
2. Vranavsadah (reduces the swelling of the ulcers)
3. Sneha-medah-kleda-upshoshanam (dries up the unctousness, fat and moisture)
4. Deepna (increases appetite)
5. Pachnah (promote digestion)
6. Ruchyah (improves taste)
7. Shodhano (evacuate doshas)
8. Annashya shoshnah (absorbs food)
9. Chhinatti bandhan (split up hard masses)
10. Srotansi Viurinoti (dilates the channels)
11. Kaphapah (mitigate kapha dosha)
12. Kurute-sa-atiyogan-trishnam-shukra-bala-kshayan- murchha-ankunchanam-kampa-pati-prishthadishu vyatham (by over use it causes thirst, depletion of sukra and strength, fainting, contracture, tremors and pain in the waist back etc.

6) Kashaya-

Definition: The rasa that inactivates the tongue and causes obstruction of the passage in the throat is named as Kashaya rasa.

Function-

1. Pitta-Kapha (mitigates

pitta and kapha dosha)

2. Guru (not easily digestable)
3. Ashra vishodham (cleanses the blood)
4. Peeduo-Ropnah (squeezing and healing of wounds)
5. Shita (cold in potency)
6. Kleda-meda vishoshnam (dries up the moisture and fat)
7. Aama sanstambha (hinders the semi digested food)
8. Grahi (water absorbed)
9. Ruksha (very dry)
10. Tveka prasadanah (cleans the skin)
11. Karoti sheelitha soati vishtambh-adhman-hridrajah-trita-karshya-paurushbhriansa-srotorodha-malagrahan (In excess use it causes stasis of food without digestion, flatulence, pain in the heart, thirst, emaciation loss of virility, obstruction of the channels and constipation.

In ayurveda rasa is the base of treatment. The aggravated dosha that are the main causative factor of disease is mitigated by the appropriate rasa and leads to care of disease.

The rasa mitigating and aggravating different doshas are mentioned below:

Name of Rasa	Aggravating Dosha	Mitigating Dosha
Madhur (sweet)	Kapha	Pitta & Vata
Amla (sour)	Pitta, Kapha	Vata
Lavan (salt)	Pitta, Kapha	Vata
Tikta (bitter)	Vata	Kapha & Pitta
Katu (pungent)	Vata & Pitta	Kapha
Kashaya	Vata	Kapha &

(astringent)

Pitta

- Prabhava

Prabhava is defined as the action, which differs in two dravya having similar rasa, veerya and vipaka. Means the thing, which makes dissimilar action inspite of similar rasa, veerya, vipaka and prabhava. example - danti and Chitraka have similar rasa, veerya and vipaka. But danti act as laxative where as chitraka act as appetiser. These dissimilarity in action is called as prabhava.

Prabhava is considered as more potent in dravya as its action is considered. Means Prabhava is most dominating among rasa, veerya, vipaka and prabhava.

In other words we can say that the peculiar action of dravya is Prabhava.

- Vipaka

Vipaka is defined as the rasa developed in the ahar rasa at the end of digestion due to the process of digestion. This generated rasa is experienced by action over the body.

As the action of different rasa over the body is categorised into three groups so the vipaka is also classified into three heads -

- Madhura,
- Amla
- Katu.
- Madhura Vipaka - Madhura & Lavana rasa has similarity in their action so their vipaka is considered as Madhura Vipaka.

Amla Vipaka - It has no that much similarity with the action of other rasa so it is

considered as separate heading Amla Vipaka.

Katu Vipaka - Katu, Tikta and Kashaya Rasa has similarity in their action over the body so their vipaka is considered as Katu Vipaka.

- All most all rasa of all dravya show this theory of vipaka except some - example - Haritaki has kshaya rasa but its vipaka is madhur. Shunthi (dry ginger) is of katu rasa but its vipaka is madhur etc.

This way we can say vipaka is more powerful in action than rasa. So the action of medicine over the body is more influenced by its vipaka than its rasa.

- Veerya (strength) Veerya could be defined as the dominating guna (property) by which dravya act on the body. The guna that has dominating action is considered as veerya (strength).

There are two types of thinking in the classification of veerya - a) dwividha virya (two) & b) ashtavidha virya (eight).

- Dwividha veerya - By this thinking all the actions are divided into two groups Shita (cold) and Ushna (warmth) so according to this theory there are two types of veerya -
 - Shita (Soma)
 - Ushna (Agni)
 - Ashtavidha veerya - according to this theory there are following eight types of veerya -
 - Mridu (dull)
 - Tikshna - (sharp)
 - Guru (difficult to digest)
 - Leghu (easily digested)
 - Snigdha (Contuous)

- Ruksha (dry)
- Ushna (hot)
- Shita (cold)
- All the above eight veeryas could be grouped into two groups i.e. Shita & Ushna
 - Shita - Mridu, Guru, Snigdha
 - Ushna - Tikshna, Laghu, Ruksha.
 - All the eight veerya are guna but their action is dominating or scene in the body so they are considered as veerya
 - Panchavidha kashay Kalpana Bhaishajya means medicine and kalpana means forms. So the branch which deals with the various forms of medicine such as juice, tablet, powder etc. is named as Bhaisajya Kalpana.

Panchavidha kashay importance

- It makes the medicine palatable.
- It increases the potency of medicine by sansakar i.e. vishesh gunantardhana (adding or generating special property)
- It makes the medicine durable
- It makes the medicine as per need of patient and disease.
- It helps the adjustment of dosha as per the severity of disease.
- It removes the toxic effect of medicine by shodhana karm.
- Thus the bhaisajya kalpana play a very important role in the medicine. It is the backbone of medicine.

Panchavidha Kashaya Kalpana

- According to Ayurveda five basic forms of medicine is described under the name Pancha vidha Kashaya Kalpana. Here the word Kashaya denotes the two meaning - 1st the destruction of original shape of dravya during different medical preparation. And secondly it is used to remove disease. So in ayurveda different medicinal preparation are considered as Kashaya Kalpana. Five Kashaya Kalpana are mentioned below. They are more efficient in potency than cater one.

- Swaras Kashaya Kalpana (juice)
- Kalka Kashaya Kalpana (jelly like)
- Kwatha Kashaya Kalpana (decoction)
- Shita Kashaya Kalpana (cold infusion)
- Phanta Kashaya Kalpana (infusion)
- Yoni (sources) of Kashaya Kalpana
- Kashaya Kalpana have five yoni (sources). That five yoni (sources) are five rasa (taste) i.e. Madhur, Amla, Katu, Tikta, Kashaya

The Lavana Rasa (salt taste) is not considered under Kashaya Kalpana as its swarasa (juice) etc cannot be extracted from it.

- Swarasa Kalpana - Swarasa is the juice of itself. Means the juice of the dravya is said as its swarasa.

Method -

- Get the dravya crushed properly
- The juice of it filtered by the help of clean cotton cloth.
- If the plant which gives less quantity of swarasa by above-mentioned method its swarasa (juice) is prepared by putapaka method.

- Putpaka is the process in which the dravya is collected and its bunch is formed. This bunch is covered by wet wheat dove. A layer of clay is formed over it. Then it is kept in the fire till it becomes red. Then its shell of muda and wheat flour is removed and swarasa (juice) is extracted as above mentioned method.

- In powdered condition 1st water is properly mixed with water and then it is filtered to get juice. Here the proportion of water to be added is double from that of powder. Mixed preparation is kept for 24hrs before getting filtered. Dosage - General dose of swarasa is 2 tola (20gm approx).

- Kalka (paste) - When dravya is crushed in the paste form then it is called as Kalka Kalpana.

- Kwatha (decoction) - Dry or wet dravya crushed, boiled with water and filtered is called as Kwatha

Preparation

- To crush the dravya properly to make its paste.
- Dry powder or dry things are mixed with water and then properly crushed to make paste or Kalka Dosage - 1 tola (10gms approx)

- Preparation

- First the dravya is crushed in coarsely (yavakuta).

- Proper quantity of water is added to it and boiled in slow flame till reduce to half or one fourth as per requirement.

- Properly filtered.

- Determination of the quantity of water added is made as per following rules:

- For mridu (soft) dravya water added 4 times that of medicine.

- For madhya dravya water is added eight times that of medicine.

- For Kathina (hard) dravya 16 times water is added.

- According the quantity of medicine

- When the medicine is less than four tola (40gms approx) than 16 times water is added.

- When the quantity of medicine is 5 to 16 tola (50 to 160gms approx) then eight times water is added.

- When the quantity of medicine is above 16 tola (160gms approx) then 4 times water is added. Dosage - 4 tola (40gms approx)

- Shita Kalpana (cold infusion)

- In this form hot water is added in the powdered form of medicine it is kept for 12hrs in the night at open place is called as Shita Kalpana.

Preparation

- Six times water is added in the powdered form of medicine.

- Some prefer hot water and other cold water for addition.

- The mixer is now kept for 12hrs at night in open place. In the morning medicine is ready for use. Dosage - 4 tola (40gms approx.)

- Phanta (infusion) - In this preparation medicine is added in boiled water. Then it is covered and kept for cool.

Preparation

- At 1st 16 tola (160gms approx) water is boiled.

- Four tola (40gms approx) powder form (not fine) of medicine is added.

- After addition of medicine it is covered and kept for cool. And is used in lukewarm (koshna) condition. Dosage:- 4 tola to 8 tola (40gms to 80gms approx).

KKKKKKKKKKKK

L'UOMO CHE CERCA LA SUA ANIMA

L'UOMO CHE CERCA LA SUA ANIMA

L'esigenza basilare dell'uomo.

Cibi , abiti e casa sono le esigenze basilari del corpo umano. Il mondo occidentale mira a soddisfare queste esigenze; fa tante ricerche, sviluppa tecnologie sofisticate, produce numerose utilità, gli scienziati fanno sempre più scoperte dettagliate.

Ma dietro a tutte queste scoperte, ci sono dei rischi e minacce per l'essere umano.

I saggi dicono che ci sono cose che non devono essere scoperte.

Lo sviluppo del mondo moderno e la conoscenza degli scienziati, è vero che arricchiscono il mondo materiale, ma allo stesso tempo senza saperlo combattono contro le esigenze dell'anima.

In occidente si agisce soltanto pensando ai progressi materiali, con la conseguenza di stress, nuove malattie, pericoli radioattivi, inquinamento, separazione delle famiglie, insoddisfazione, frustrazioni...che minacciano la stabilità nella vita umana.



Lo scopo materiale è una via dettagliata né unisce né salva l'umanità, mentre distrugge crudelmente l'anima.

I pensieri dei saggi uniscono tutto, sia mente, corpo e anima che "Io, lui ed egli"; tutto questo salva l'umanità.

Non è valido pagare con gli occhi per comprare un quadro.

L'esigenza dell'anima

L'esigenza dell'uomo non è solo quella di soddisfare il fisico, ma soprattutto bisogna riguardare la mente e l'anima. Nella vita dell'uomo, sentimenti, rispetto, protezione, dignità, conoscenza, comprensione, apprezzamento, creatività...devono essere sviluppate verso il sublime. Il significato della vita umana è quello di scoprire il vero essere, l'esigenza dell'anima.

L'anima è l'asse della vita. Questo asse va oltre alla vita quotidiana materiale.

Lo scopo della vita

Aram - Porul - Inam - Vidu

Bisogna soddisfare la propria anima seguendo i doveri (Aram); i doveri

devono essere eseguiti con una giusta comprensione (porul) e questo darà felicità alla vita (Inbam) e di conseguenza apparirà la liberazione (Vidu) eterna.

- Chi vive per mangiare sta sbagliando. Mangiare è un dovere
- Alcuni si godono la vita con eccessivo uso di sesso, droghe, alcool, fumo, cibi...
- Alcuni si preoccupano troppo per le malattie del proprio corpo
- Alcune donne danno un'eccessiva attenzione al proprio corpo: trattamenti, medicine, lifting...
- Alcuni soffrono per niente avendo una malattia immaginaria
- Alcuni dedicano troppo tempo per niente al vestire, curare i capelli, profumare...
- Alcuni comprano materiali utili per vivere nella comodità
- Alcuni, per vivere bene, guadagnano denaro con vie sbagliate
- Alcuni spendono il denaro in maniera sbagliata per godersi la vita materiale

Tutte queste mal comprensioni devono essere trasformate in sublimazioni.

Questo è lo scopo della vita.

La saggezza nascosta nell'uomo

L'India è la terra della saggezza. Nella cultura Vedica la vita dell'uomo è mirata a soddisfare le esigenze dell'anima.

I pensieri dei saggi sono rivolti a trasformare l'esigenza materiale a quella spirituale.

- I doveri materiali si elevano a quelli spirituali
- La comprensione materiale si trasforma in quella spirituale
- La felicità inferiore muta a diventare suprema
- La libertà della creazione trascende come il silenzio

Tutti i Sastra (testi sacri) insegnano quali sono i doveri dell'uomo.

Yoga, Tanta, Chakra; Tutte queste discipline aiutano a trasformare l'esigenza bassa in esigenza alta.

Il dovere dell'uomo di oggi è :

LIBERARE IL PROPRIO IO

Organizzazione mondiale della sanità è stata fondata occidentale che mirava solo ai bisogni fisici dell'uomo. Negli ultimi tempi hanno annunciato che il benessere significa armonia del corpo, della mente e dell'anima.

Oggi bisogna ascoltare le esigenze dell'anima.

È la via orientale...

Vuoi seguire la via spirituale??

Abbandona tutte le esperienze che hai avuto...

Non essere contento del bene e non soffrire del male

Allontanati

-Joythi

Marzo 2002

CORSO

Professionale

ABYANGAM
MASSAGGIO AYURVEDICO**OPERATORE DI
BASE**LE MANUALITÀ E I
TRATTAMENTI DELLA
DISCIPLINA AYURVEDICACorso di 200 ore
secondo gli insegnamenti del
Vaidya Maestro Swami
JoythimayanandaInternational College of
AyurvedaScuola affiliata all'Università di
Pune, Facoltà ayurvedica e a
numerosi altre istituzioni indiane
per la formazione in AyurvedaPer Informazioni e
Prenotazioni:**JOYTINAT**
VIA BALBI 33/29. GENOVA

Tel/Fax 010-2758507

E-mail: joytinat@libero.it
www.joytinat.itLa scuola Joytinat da oltre 15
anni diffonde la cultura Vedica
in Italia

STRUTTURA DEL CORSO:

1. Due cento (200) ore complessive di corso (suddivise tra lezioni, approfondimenti, preparazione della tesi, ed esame).
2. Incontri settimanali o mensili o bimestrali per soddisfare le diverse esigenze degli allievi.
3. Ogni incontro comprende una parte teorica ed una pratica, che sviluppino ed approfondiscano le materie del programma.
4. Al termine del corso, l'allievo dovrà presentare una tesina (su argomento concordato in precedenza con i docenti) e sostenere l'esame finale per ottenere il diploma di "Operatore Abyangam".
5. L'esame e il rilascio del diploma avvengono durante l'assemblea annuale dei Centri Joytinat.
6. Il costo del corso completo è di 1750 € + IVA, comprensivo di libri di testo e materiale per pratica in aula, iscrizione, assicurazione, quota di esame, rilascio di diploma e partecipazione alla conferenza di Ayurveda € 190,00.

La scuola Joytinat organizza anche corsi di specializzazione sulle tecniche e i trattamenti del massaggio ayurvedico e della disciplina Ayurveda, e agli allievi che desiderino operare professionalmente consigliamo anche di integrare la loro preparazione con il corso di "ANATOMIA E FISIOLOGIA" occidentale, tenuto da medici e istruttori del Centro Joytinat

TUTTI I CORSI DI ABYANGAM:

- Operatore Abyangam di base
- Specializzazione su singoli trattamenti
- Operatore Avanzato/Specializzato
- Istruttore di Abyangam

Abyangam agisce sugli strati più profondi dell'anima, e permette di raggiungere il benessere psicofisico.

Il Massaggio Ayurvedico

Nella scienza Ayurveda per il benessere il massaggio ha un ruolo fondamentale.

Abyangam è un metodo che comprende molteplici tecniche di massaggio, manipolazioni e applicazioni.

Si basa su un sistema sviluppato dal Maestro Swami Joythimayananda, che racchiude i principi fondamentali della filosofia e della disciplina tradizionale indiana per la cura del corpo. E' indicato per tutti: giovani, adulti, bambini, neonati e anziani.

È un trattamento che rilassa profondamente, fortifica la mente e lo spirito, ringiovanisce il corpo, combatte lo stress, scioglie dolcemente le tensioni e le rigidità.

Le sue tecniche vengono applicate secondo la costituzione e gli eventuali squilibri specifici della persona. Per una pratica più corretta, le tecniche vanno eseguite con l'uso dei preparati ayurvedici specifici per il massaggio, indispensabili per ottenere i migliori risultati.

PROGRAMMAOPERATORE ABYANGAM DI
BASETEORIA e PRATICA:

Principi basilari e filosofia dell'Ayurveda e dell'Abyangam
Regole e preparazione dell'Abyangam

Anatomia e fisiologia

Come individuare la costituzione di ognuno

Il rapporto tra costituzione e alimentazione

Le 18 tecniche e la applicazione del massaggio ayurvedico per correggere gli squilibri in ogni persona a seconda della sua tipologia e dei disturbi specifici.

Uso dei prodotti ayurvedici nell'Abyangam.

JOYTINAT

SCUOLA PROFESSIONALE

Soluzioni del futuro

CORSO PER DIPLOMA IN TERAPISTA AYURVEDICO (NIDAN+CHIKITSA)

LE MANUALITÀ E I TRATTAMENTI DELLA
DISCIPLINA AYURVEDICA



Corso di 600 ore in tre anni

secondo gli insegnamenti del Vaidya Maestro **Swami
Joythimayananda**

Joytinat, International College of Ayurveda
Scuola affiliata all'Università di Pune, Facoltà Ayurvedica

OBBIETTIVO DEL CORSO

Obiettivo del corso è la formazione di Terapisti Ayurvedici professionali, vale a dire Operatori non medici (a meno che non ne possiedano già il titolo) che esplicheranno la propria attività secondo criteri energetici nel campo dell'Abyangam (Massaggio Ayurvedico), Panchakarma (Trattamenti disintossicanti), Rasayana (Trattamenti ringiovanenti) e Rimedi Ayurvedici, non contemplati dalle normative sanitarie correnti ed al di fuori di quanto previsto dalla medicina tradizionale.

Questi professionisti potranno operare autonomamente nel campo Abyangam, Panchakarma e Rasayana, per la parte non medica, su persone sane e non sane a fianco o in accordo con medici.

Il corso di diploma prevede attività didattiche e di tirocinio, pertanto le lezioni sono articolate in teoriche, pratiche guidate, seminari, esercitazioni, attività di tirocinio, attività di auto apprendimento, auto valutazione ed approfondimento personale.

L'attività didattica comprende 600 Ore complessive di formazione.

1° anno Abyangam 200 ore

2° e 3° anno Nidan – Chikitsa 400 ore.

La frequenza alle lezioni, alle esercitazioni pratiche ed ai tirocini è obbligatoria e deve essere documentata.

PIANO DI STUDI DEL DIPLOMA DI TERAPISTA AYURVEDICO

2° e 3° ANNO

Lo studente dovrà:

Studiare la conoscenza dell'anatomia e dei fenomeni biologici e fisiologici secondo gli insegnamenti dell'arte medica convenzionale.

Conoscere le basi della neurologia, le malattie dell'apparato locomotore, dell'apparato respiratorio, cardiovascolare, le basi della gastroenterologia e nefrologia, ecc.

Approfondire i principi dell'anatomia e della fisiologia Ayurvedica.

Conoscere diagnosi Ayurvedica (Nidan)

Approfondire l'energia e i corpi sottili oltre il livello microscopico e macroscopico del funzionamento biochimico.

Conoscere i principi ayurvedici, le proprietà e l'azione delle sostanze impiegate nei trattamenti e nel Abyangam ed imparare ad identificarle.

Imparare l'uso dei preparati ayurvedici in cucina e nei vari trattamenti.

Approfondire la conoscenza delle tecniche di massaggio ed imparare a praticare le tecniche SAMSARJANA KARMA, i trattamenti ayurvedici di supporto.

SECONDO ANNO

MODULO A:

- Anatomia e fisiologia ayurvedica ii: energia funzionale, dosha, tessuti, scorie, agni, i sistemi
- Patologia generale
- Patologie dell'apparato locomotore
- Patologie dell'apparato respiratorio, cardiocircolatorio, gastroenterologia, nefrologia
- Anatomia e fisiologia ayurvedica ii
- Studio delle tipologie costituzionali ii
- Studio della diagnosi Ayurvedica – Nidan I
- Proprietà delle sostanze (dravya guna)
- Studio dei vegetali, dei metalli e dei minerali
- Nozioni- (rasa sastra)
- Metodi basilari dei preparati ayurvedici

MODULO B:

- Massaggio Articolare I (Muriabyangam)
- Massaggio articolare II
- Massaggio con i piedi (Midhiabyangam)
- Micromassaggio vitale dei punti energetici (Varmabyangam)
- Massaggio mentale dei Chakra
- Trattamenti di supporto (Samsarjana Karma):
- Doccia di olio medicato o di decotto sulla fronte (Sirodhara)
- Posa d'olio sulla testa (Sirobasti)
- Posa d'olio localizzata sul torace all'altezza del cuore (Hrudbasti)
- Posa d'olio sulla cavità pelvica (KATI BASTI)
- Posa d'olio sugli occhi (NETRA BASTI)
- Posa d'olio sulle orecchie (KARNA BASTI)
- Posa d'olio sulla cavità addominale (UDAR BASTI)
- Posa d'olio nella cavità vaginale (UTRA BASTI)
- Tamponamenti caldi con erbe (OTHADAM)
- Tamponamenti caldi ed untuosi sulla cavità addominale (PINDASWEDANA)
- Cataplasmi d'erbe (PATHU)
- Doccia aromatizzata o erborizzata (PARISEKAM)
- Doccia con i cinque elementi (BHUTASEKAM).

TERZO ANNO

MODULO A:

- PANCHAKARMA

- Disintossicazione totale: nozioni generali, indicazioni e controindicazioni

PURVAKARMA

- Alimentazione
- Oliazione interno e esterno (SNEHANA)
- Massaggio (ABYANGAM)
- Tamponamenti caldi (OTHADAM)
- Sauna (SWEDANA)

PRADANAKARMA

- Indicazioni, controindicazioni, procedimento
- Vomito (VAMANA)
- Purga (VIRECHANA)
- Clistere (BASTI)
- Instillazioni nel naso (NASYA)
- Salasso (RAKTAMOKSHANA)

PASHAT KARMA

- Regime di vita
- Alimentazione

RASAYANA

- Trattamenti di ringiovanimento
- Trattamenti per la vitalità
- Afrodisiaci
- Nozioni generali

YOGA – MEDITAZIONE - NYM

- Principi fondamentali
- Anatomia e fisiologia
- Differenti metodi di Yoga
- Posture Yoga
- Procedure Yoga in accordo con la Costituzione Individuale
- NYM – (Nome, Yantra e Mantra)

AYURVEDA E GRAVIDANZA

- Fondamenti filosofici
- Preparazione al concepimento
- Stile di vita durante la gravidanza
- Il parto
- La cura della puerpera
- La cura del neonato

(MODULO B)

- Pratica del Panchakarma
- Pratiche Yoga
- Meditazione
- Massaggio in gravidanza e post-parto
- Massaggio del neonato
- Yoga in gravidanza e post-parto

Corso di Ayurveda:**Maternità
(THAIMAI)**

LA CURA DELLA GESTANTE
E DEL BAMBINO
SECONDO L'AYURVEDA



Il corso è guidato dal Maestro Swami Joythimayananda e dai suoi collaboratori della scuola "Jyotinat".

Nel corso si apprendono: tecniche di Panchanga Yoga (lo Yoga "delle 5 vie"), respirazione ed esercizi appositi per la gestante e per il periodo post- parto, tecniche di Abyangam (massaggio ayurvedico) per la mamma e per il bambino.

PROGRAMMA:

- il benessere e la comunicazione dolce con le mani
- come mantenere la salute della gestante
- come preparare la gestante al parto
- come aver cura della neo-mamma
- come aver cura e proteggere il neonato
- come massaggiare e rilassare il neonato e come sviluppare la sua psiche
- come accrescere ancora la comunicazione tra la mamma e il bambino

*L'insegnamento comprende una parte teorica e una pratica.
L'orario delle lezioni è dalle 10 alle 17.*

- Quota di iscrizione Euro 100,00 (comprensiva di assicurazione e del libro di testo, "Thaimai" del Maestro Joythimayananda)
- Ci sono 3 incontri (3 week-end)
- Costo complessivo del corso: Euro 300,00
- È sempre possibile anche prendere appuntamenti individuali

DATE DEI SEMINARI: 2003

5,6 Apr.; 3,4 Mag.; 31Mag. 1Giu.

Corso di Ayurveda:**l'Alimentazione e
la costituzione
(prakruti)
nell'ayurveda**

Insegnamento con "Metodo Scuola Jyotinat"

PROGRAMMA:

Alimenti consigliati per la propria costituzione

- ▯ Relazione tra gusto e mente per ricercare il benessere
- ▯ La disintossicazione nei cambiamenti di stagione: la primavera
- ▯ Suggerimenti pratici per detossinare, alleggerire e fortificare il corpo

Conoscere le proprietà nutritive dei cibi e delle combinazioni alimentari, in base alla propria costituzione, consente di recuperare la forma fisica, e ritrovare un sano equilibrio tra corpo e mente.

Conoscere le pratiche di disintossicazione significa eliminare l'accumulo di tossine che altera il normale funzionamento dei dosha (vata, pita, kapha) riportandoli alla normalità.

Alimentazione e disintossicazione permettono di ritrovare in breve tempo la migliore condizione psicofisica.

DATE DEI SEMINARI: 2003

26-27Apr., 17-18 Mag., 28-29 Giu.

SEMINARI RESIDENZIALI 2003

JOYTINAT 2003

Il corso è tenuto presso l'Oasi San Nicola di Pesaro. Tel.0721.50849

Informazioni e iscrizioni: *Joytinat*, Via Balbi 33/29 – 16126 GENOVA. Tel./Fax 010-2758507
www.joytinat.it e-mail: info@joytinat.it

Z Z Z Z Z Z

ABYANGAM
Massaggio Ayurvedico

6/13 luglio 2003

AGGIORNAMENTO ANNUALE

Settimana di studio teorico e di pratica per
l'approfondimento dell'Abyangam.

Il corso riservato agli allievi diplomati in
Abyangam della scuola Joytinat

Questo corso è dedicato alla PRATICA quotidiana di massaggio ayurvedico (che comprende oltre 18 tecniche). In particolare: Muri-abyangam per sciogliere tensioni accumulate e ristabilire la flessibilità delle articolazioni. Vata-abyangam per il riequilibrio del sistema nervoso e della circolazione; Pita-abyangam per il riequilibrio del sistema endocrino e della digestione; Kapa-abyangam per il riequilibrio della struttura e del sistema immunitario. Il costo del massaggio è di € 1.000,00 per una settimana (tutto compreso).

Ognuno di noi dovrebbe effettuare un trattamento di disintossicazione almeno una volta l'anno.

Ecco i punti essenziali del programma del trattamento di disintossicazione e ingiovanimento, secondo le indicazioni della medicina AYURVEDA.

**PANCHAKARMA &
RASAYANA**

Disintossicazione e Ringiovanimento

Gruppo Aprile 20 - 26 '03
Gruppo Luglio 13 - 20 '03

Che cos'è il PANCHAKARMA?

Grazie ai trattamenti ayurvedici si rallenta l'invecchiamento, le cellule ringiovaniscono, migliora la memoria, inizia il processo di autoguarigione.

Perché massaggiare con olio caldo?

L'olio caldo con il massaggio profondo o leggero (vi sono 18 tecniche di massaggio) scioglie le tensioni muscolari, penetra profondamente attraverso la pelle nei tessuti, li ammorbidisce e veicola l'informazione di guarigione delle cellule sane a quelle malate, aiuta lo scioglimento delle tossine mandandole nell'intestino da cui saranno espulse.

Perché il massaggio e la pulizia dell'apparato digerente?

Per favorire i movimenti dell'intestino, liberarlo dalle tossine, migliorare il metabolismo, dando così nuova vitalità al corpo.

Un corpo e una mente purificati dalle tossine sono le fondamenta della salute e della gioia: garantiscono il mantenimento dell'armonia corpo-spirito, la longevità e la serenità.

Costo alla settimana: € 1.100,00 comprensivi di soggiorno completo (in camera doppia), massaggi con oli caldi e erborizzati, dieta speciale ayurvedica, tisane, yoga, meditazione. Supplemento per la camera singola €110,00. L'impegno per il corso e l'albergo deve essere di un'intera settimana.

PANCHANGA YOGA

20 - 27 luglio 2003

**Settimana di studio e pratica
dello Yoga "delle 5 vie" e delle "5
tecniche di meditazione".**

Lo Yoga "delle cinque vie" agisce su tutti i livelli dell'uomo. Ogni individuo può praticare il metodo di Yoga e la tecnica di meditazione più affine al suo spirito. In questo corso ti avvicinerai allo Yoga a livello filosofico e pratico, e inoltre vedrai le più importanti "5 tecniche di meditazione": Al termine del corso saprai individuare la tecnica più adatta alla tua costituzione psicofisica e potrai applicare nella vita quotidiana i principi di Yoga-Terapia per il tuo benessere e la tua salute. Il costo della settimana di studio e pratica di Yoga è di € 900,00 (tutto compreso). Il corso è tenuto presso l'Oasi San Nicola di Pesaro.

Secondo Swami Joythimayananda nel nostro tempo praticare lo Yoga è sempre più una necessità. Ogni individuo dovrebbe praticare lo Yoga per vivere e volere bene. Lo stato dovrebbe diffondere le conoscenze dello Yoga per avere buoni cittadini. L'autorità sanitaria dovrebbe aggiungere alle cure tradizionali la pratica dello Yoga per prevenire e ridurre i disturbi più comuni. L'introduzione dello Yoga nella scuola migliorerebbe l'educazione, l'armonia e la concentrazione degli alunni. Nei luoghi di lavoro in uffici e aziende la pratica dello Yoga permetterebbe di ridurre lo stress, le malattie e i disturbi più comuni dei dipendenti.



DIGIUNO

Disintossicazione Totale
Primavera

17 - 20 APRILE 2003

Guidato dal Maestro Swami Joythimayananda

PER IL BENESSERE - PER
RINGIOVANIRE FISICO - MENTE - ANIMA

CONTROLLARE IL PESO - PREVENIRE

LA MALATTIA

L'Ayurveda consiglia il digiuno come ottimo strumento di purificazione e ringiovanimento dell'organismo, e la primavera è la stagione in cui il corpo si rinnova con più facilità.

DURANTE IL DIGIUNO PRATICHEREMO:

Digiunare è la vera vacanza, aiuta a ritrovare l'armonia. Digiuno non significa "morire di fame" ma è una disciplina naturale che permette al corpo di curare se stessi.

- ◇ **Cosa portare:** tuta, stuoia, coperta, lenzuolo per la pratica, abito per yoga, un termos, apparecchio per enteroclima.
- ◇ **Costo:** 250 euro (in camera doppia), per supplemento camera singola 10 euro al giorno, disponibilità camera singola solo su prenotazione anticipata
- ◇ ◇ **Località:** Oasi S.Nicola, Pesaro Tel.0721 - 50849
- ◇ **Inizio:** giovedì 17 aprile alle ore 12:00 e finisce domenica 20 alle ore 16:00
- ◇ **Preparazione al digiuno:** Assumere due settimane prima la tisana Niragada (su ordinazione i prodotti saranno spediti).



JOYTINAT - INTERNATIONAL COLLEGE OF YOGA AYURVEDA -

Joytinat insieme

UN TUO CENTRO AYURVEDA NELLA TUA CITTÀ

**JOYTINAT VI GUIDA A FAR NASCERE UN CENTRO BENESSERE
NUOVO O NELL'AMBITO DELLA VOSTRA ESISTENTE ATTIVITÀ**

Se siete interessati a organizzare nella vostra città attività di *Ayurveda*, *Abyangam*, *Yoga*, e ogni altra materia connessa con gli insegnamenti offerti dal Centro Joytinat, contattateci rispedendo il modulo allegato.

Lavoreremo insieme per realizzare il Vostro progetto Joytinat, dandoVi la preparazione specifica per l'attività che desiderate e tutte le informazioni utili per collaborare con la nostra scuola.

JOYTINAT OFFRE:

- assistenza di adeguati professionisti;
- progetto dei corsi di formazione;
- metodologia di insegnamento;
- conferenze e incontri su temi specifici;
- consigli tecnici
- i prodotti ayurvedici.



CHI PUÒ PRESENTARE LA DOMANDA:

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------|
| 1. Collaboratori del Centro Joytinat | 5. Centri Yoga |
| 2. Diplomatici alla scuola Joytinat | 6. Associazioni culturali |
| 3. Laureati in medicina | 7. Centri benessere |
| 4. Erboristi e farmacisti | 8. Cultori del benessere |

COMPILATE E INViateCI IL SEGUENTE MODULO:

Per favore inviatemi le informazioni e la documentazione per aprire un'attività della scuola Joytinat nella mia città. Sono interessato a:

- | | | | |
|---|-------------------------------|--|--------------------------------------|
| ☐ Ayurveda | ☐ Yoga | ☐ Abyangam | ☐ Naturopatia |
| ☐ Uso di prodotti ayurvedici | ☐ NYM | ☐ Altro (specificare) | |

Nome Cognome.....

Professione

Indirizzo

CAP Provincia Telefono

Fax E-mail

Codice Fiscale (o Partita IVA)

Modulo di Adesione annuale

Assicurazione professionale per diplomati Abyangam e insegnanti di Yoga

Desidero assicurarmi con una polizza assicurativa che mi copre da infortunio professionale nell'attività Ayurvedica: Abyangam, Yoga e Yoga Terapia, compresi danni a terzi causati da Abyangam (massaggio, manipolazione e

applicazioni fatti usando i prodotti della linea Joytinat: oli, creme, polveri e erbe per Othadam).

Nome: _____
Cognome: _____
Via: _____
CAP _____ Città _____
Prov. _____ Tel. _____
Luogo e data di nascita _____
Stato Civile _____
Professione _____
Quota Associativa € 50,00
Firma _____ Data _____

Effettuo il versamento su **c/c 14090161 intestato "Joythimayananda"**, Via Balbi 33/29 - 16126 Genova
(causale: iscrizione **Assicurazione**).

Dopo una lunga gestazione, di recente il Centro Joytinat di Genova ha firmato una ASSICURAZIONE PER GLI INFORTUNI PROFESSIONALI IN ABYANGAM E YOGA TERAPIA.

Questa polizza copre gli associati Joytinat contro ogni genere di infortunio professionale durante l'esercizio dell'attività Abyangam o Yoga in qualunque sede in tutta Europa, anche a domicilio, comprendendo anche danni a terzi causati da massaggio, manipolazione e applicazioni fatti usando oli, creme, polveri o erbe, e ogni altro infortunio di terzi nel luogo dove ricevono i trattamenti.

Come vedete, si tratta di un'iniziativa di grande utilità, che avvantaggia i nostri allievi e si propone di favorire ulteriormente l'applicazione delle tecniche che avete imparato.

Essere tutelati da questa assicurazione è semplicissimo: è sufficiente che i diplomati Joytinat (fino a un massimo di 200 persone) (la quota, lo ricordiamo, è di € 50,00 annue), perciò affrettatevi: "il primo è il primo"!

A iscrizione avvenuta, riceverete una copia integrale della polizza.

Obbligatorio agli Operatori di Abyangam, yoga e agli allievi della scuola Joytinat

**L'assicurazione ha durata di 1 anno:
dal 31 agosto di quest'anno al 31
agosto dell'anno successivo.**

Z Z Z Z Z Z

Joytinat

Associazione Culturale Rimedi Alternativi
A conoscenza dello Statuto e suoi eventuali regolamenti

Nome: _____
Cognome: _____
Via: _____
CAP _____ Città _____
Prov. _____ Tel. _____
e-mail _____
Luogo e data di nascita _____
Stato Civile _____ Professione _____
Quota Associativa A partire da €10,00 € 25,00 € 50,00
Data _____

Effettuo il versamento su **c/c 14090161 intestato "Joythimayananda"**, Via Balbi 33/29 - 16126 Genova
(causale: iscrizione **Associazione**).

■ I soci riceveranno periodicamente il giornalino "Joytinat"
Il tesseramento ha validità per l'anno accademico in corso, scadenza 31 agosto di ogni anno.

N.B.: Non saranno accettate le schede compilate in maniera incompleta.

Nel rispetto della Legge 675/96 sulla privacy informiamo che le informazioni riguardanti il trattamento saranno utilizzate, esclusivamente ai fini del rapporto stesso e a scopo promozionale, per operazioni di mailing e marketing.

Joytinat, Via Balbi - 33/29, 16126 - Genova
Tel/Fax - 010/2758507 - E-mail: joytinat@libero.it



Joytinat, CENTRO YOGA AYURVEDA

Via Balbi 33/29–

16126 GENOVA. Tel./Fax 010-2758507

www.joytinat.it

e-mail: info@joytinat.it

Joytinat è un "centro salute" con finalità spirituali e culturali.

Il suo nome è composto dalle parole "Joythi" che significa luce.

"Nat" che significa picco della montagna, "luce del picco della montagna".

Gli scopi del Centro sono Vivere meglio e Volere bene. E' aperto a tutti organizza pratiche per imparare a vivere con armonia e gioia educando il corpo e la mente.

Il Centro è guidato dal Maestro Swami Joythimayananda.

Il Centro Joytinat offre:

CORSI DI FORMAZIONE PROFESSIONALE E RIMEDI AYURVEDICI:

- *Insegnanti Yoga e Yoga terapisti*
- *Pratiche di Panjanga Yoga*
- *Corso di Rimedi Ayurvedici*
- *Operatori Abyangam (massaggio Ayurvedico)*
- *Incontri e conferenze sulla filosofia dello Yoga e dell'Ayurveda*
- *Servizio di biblioteca, vendita di prodotti ayurvedici e libri del maestro*
- *Trattamenti per problemi psichici attraverso Psicologia dello Yoga*
- *Consulenze individuali*
- *Abyangam e Rasayana (ringiovanimento)*
- *Panchakarma (disintossicazione),*
- *Cura dell'alimentazione ayurvedica*

Punti di riferimento e Recapito dei collaboratori del Centro Joytinat®

Genova	Joytinat, Via Balbi 33/29 – Tel 010/2758507
Trieste	Joytinat, Via Venezian 20 – Tel 040/3220384, 040/394971
Milano	Joytinat, Via G. Colombo 81/A – Tel 02/70633908
Como	Joytinat, Marta Vidoni, Via Borgovico 177 – Tel 031/570309
Napoli	Joytinat, Via P. Ragnisco 22 – Tel 081/3030008 Centro Arcobaleno Fiammeggiante, Vico San Pietro a Maiella, 6 – Tel 081/455026
Vicenza	Paola Zordan, Via Libertà 41 – Tel 0445/650035
Udine	Gianna Gorza, Via Martignacco 105/3 – Tel 0432/402907
Gorizia	Lucia Hrovatin, Via del Santo 60 – Tel 0481/82605
La Spezia	Joytinat, Dott. Marco Rivieri, Via XXIV Maggio 106 – Tel 0187/770382
Roma	Raja Yoga, Via G. Carni 32 – Tel 06/7022737
Padova	Via Eraclea 12 – Tel 049/684187 – Severina Manara, Via Siracusa 63 – Tel 049/687922
Torino	Ricardo Caron, Via Boston 12 – Tel 011/3294924
Catanzaro	Rosaria Parentela, Via Nausicaa 14, Catanzaro Lido – Tel 0961/391058
Belluno	Giovanni Dal Pont, Piazza San G. Bosco 19 – Tel 0437/32670
Spagna	Antar, C/ Provença 240 08008 Barcelona – Tel 0034/93/4530537
Svizzera	Walter Baroffio, Croix Federale 23-A, La Chaux de Fonds – Tel 0041/32/9659737

OPERATORI DELLA SALUTE – 2002/2003

L'elenco sottostante è dei Soci Sostenitori che sono diplomati presso la scuola Joytinat e sono registrati nell'Albo del Centro Joytinat. Coloro che praticano professionalmente come operatori della salute sono tutelati da apposita assicurazione fino 31 agosto all'anno 2003.

Per essere registrati nell'elenco del centro Joytinat Albo Operatori di Abyangam, è necessario possedere un valido diploma di Abyangam, verificato dalla scuola Joytinat, essere Assicurati come Operatori di Abyangam, partecipare regolarmente all'aggiornamento tenuto dalla scuola Joytinat e seguire sinceramente e la tradizione Ayurvedica. A Chi non completa su detta voce verranno rimossi dall'elenco e dal albo del Abyangam del Scuola Joytinat.

ANCONA	- Enrica Dini, Via Torre 54, Cupramontana – Tel 347/4051937
BARI	- Fabio Basalisco, Via G. Petroni 113 A – Tel 080/5022938
BELLUNO	- Giovanni Dal Pont, Piazza San G. Bosco 19 – Tel 0437/32670
BERGAMO	- Andrea Parimbelli, Via Cav. di Vittorio Veneto 6, Stezzano – Tel 035/591662 - Raffaella Dotti Via Caravaggio 1, Zanica (BG) – Tel 035/670221
CAMPOBASSO	- Barbara Giannantonio, Via Lombardia 6 – Tel 0874/698412
CATANIA	- Clelia Costanzo, Via Piedimonte 15 – Tel 095/505185
CATANZARO	- Rosaria Parentela, Via Nausicaa 14, Catanzaro Lido – Tel 0961/391058
COMO	- Carla Lamperti, Via Roma 2, Tavernerio – Tel 031/421179 - Marta Vidoni, Via Borgovico 177 – Tel 031/570309 - Miriam Zonta, Via Garibaldi 25, Montano Lucino – Tel 031/470541
GENOVA	- Andrea Del Ponte, Via Bellocci 16/1 – Tel 010/2512526 - Gino Coletta, Via Alizeri 12/14R – Tel 010/2758575 - Giorgio Garifo, Via Aurelia 5/3 – Tel 010/3724310 - Patrizia Cordone, Via Campo di Tiro 4/19 – Tel 010/780405
GORIZIA	- Lucia Hrovatin c/o "Estetica Lucia", Via del Santo 60 – Tel 0481/530377 - Nida Furlan, Via Gibelli 18/2 – Tel 0481/34740 - Paloma Laurenti, Via San Michele 79 – Tel 0481/21884
IMPERIA	- Biancamaria Ultimare, Via Garibaldi 26, Chiusavecchia – Tel 0183/52789 - Rita Ultimare, Via Garibaldi 29, Chiusavecchia – Tel 0183/52715
LA SPEZIA	- Dr. Marco Rivieri, Via XXIV Maggio 106 – Tel 0187/934730, 348/2613168
LECCO	- Maria Teresa Tonelli, Via Lariana 17 A, Colle Brianza – Tel 039/9260305
LIVORNO	- Anna Maria Pecchia, Via Della Pace 32, Venturina – Tel 0565/852019 - Patrizia Osimani, Via degli Scarronzoni 1 – Tel 0586/505832
LUCCA	- Ambra Da Prato, Via P. Tabarrani 82, Camaiore – Tel 0584/981277
MILANO	- Elena Suma c/o Centro JOYTINAT, Milano – Tel 02-70633908 - Kamadevi Rapisarda, Via Toscanelli 1/A – Tel 02/2565314 - Luca Giampà, Via Quasimodo 8, San Giuliano Milanese – Tel 347/2720537 - Marino Barufaldi, Via Mecenate 103 – Tel 02/5060928 - Marina Togni, Via Luigi Porro Lambertenghi 18, 20159 Milano. Tel. 340.0510787 - Maria Grazia Maffioletti, Via Marco Polo 8, 24049 Verdellino (Bergamo)- Tel. 347.2286140 - Pietro Carrozzini, Via Pacinotti 23/A, Monza – Tel 039/2001923 - Silvana Minniti c/o "Galatea" Via Re Umberto 6°, Lainate – Tel 02/9373623
NAPOLI	- Centro ARCOBALENO Fiammeggiante, Vico San Pietro a Maiella 6 – Tel 081/455026 - Flora Rusciano, Via Campegnà 76 – Tel 081/5934952 - Gennaro Variale Via Arrenaccia 248 – Tel 081/7515180 - Immacolata de Bellis, Via Piedi Grotta 34 – Tel 081/666683 - Francesco De Martino, Vico Cantinelle 4, Anacapri – Tel 081/8372598
NOVARA	- Marina Genzini, Via De Gasperi 17, Arona – Tel 0322/240311
PADOVA	- Cornelia Martinelli, Via Newton 30 – Tel 049/8686075 - Grazia Loi, Via Cerato 1 bis – Tel 049/8757640 - Valeria Lionello, Via Eraclea 12 – Tel 049/684187
PALERMO	- Alessandra Troia, Via dei Nebrodi 102 – Tel 091/514064 - Alessandro Puccio, c/o Associaz. Ananda, Via Felice 16 – Tel 091/203688
PAVIA	- Maria D'Amico, Via Raffaello 12, Vigevano – Tel 0381/690435
PIACENZA	- Carmen Tosto, Via Quartazzola 102 – Tel 0523/779418
ROMA	- Centro RAJA YOGA, Via G. Carini 32 – Tel 06/7022737

	- Cinzia Osimani, Via Costantino 41 – Tel 06/5412004
TORINO	- Riccardo Caron, Via Boston 12 – Tel 011/3294924
TRENTO	- Daniele Campestrin, Fraz. Campestrini, Torcegno - Tel 368/7628591
TRIESTE	- Anna Rocco, Via C. Rossi 14/5 – Tel 040/830640
	- Barbara De Grassi, Via Carsia 1 – Tel 040/307556
	- Carla Fiegl, Via Lamarmora 12 – Tel 040/391819
	- Eva Viti, Via Pirano 12 – Tel 040/814430
	- Gina Maria Visotto, Via Lonza 2 – Tel 040/394971
	- Loretta Verregnassi, Via Mantegna 4 – Tel 040/942783
	- Mara Codarin, Via Valerio 122 – Tel 040/55466
	- Serenella Fiegl, Via Lamarmora 12 – Tel 040/396417
	- Silvia Obad, Via Timeus 8 – Tel 040/367163
	- Siro Cannarella, Via Dei Giaggioli 1 – Tel 0432/416701
	- Teodora Rojac, Via F.lli Rosselli 3 – Tel 040/280153
	- Tiziana Roselli, Via De Jenner 6 – Tel 040/824895
	- Vanna Viezzoli, Via Franca 6 – Tel 040/301455
UDINE	- Gianna Gorza, Via Martignacco 105/3 – Tel 0432/402907
VARESE	- Alessandra Costantini, V.le Ticino 95, Gavirate – Tel 0332/744619
VERONA	- Giovanna Failoni, Via Calderara, 4. Tel. 045/572949
VICENZA	- Ivana Pigato, Via Vulcano 1 – Tel 0444/240202
	- Laura Franceschini, Via Masini 1/C – Tel 0444/571566
	- Maria Cimento, Via C. Colombo 63, Schio – Tel 0445/521094
	- Paola Zordan, Via Libertà 41, Piovene Rocchette – Tel 0445/650035

Soci sostenitori

I soci dell'elenco sottostante sono registrati solo come Soci Sostenitori del centro Joytinat, Associazione Culturale rimedi Alternativi, sono tutelati da apposita assicurazione fino 31 agosto all'anno 2003. Non sono registrati nell'elenco degli Operatori di Abyangam.

Alcuni di loro stanno seguendo il corso di Abyangam, mentre altri sono operatori diplomati presso altre scuole ed utilizzano i nostri prodotti.

Per essere registrati nell'elenco del centro Joytinat Albo Operatori di Abyangam, è necessario possedere un valido diploma di Abyangam, verificato dalla scuola Joytinat, essere Assicurati come Operatori di Abyangam, partecipare regolarmente all'aggiornamento tenuto dalla scuola Joytinat e seguire sinceramente la tradizione Ayurvedica. A Chi non completa su detta voce verranno rimossi dall'elenco e dal albo del Abyangam del Scuola Joytinat.

Paola Bordone, Via Castello 20, Ottiglio (TO) – Tel 347/6821060
Bruno Erschbamer, Via Siegmund Schwarz 34, Vilpiano (BZ) – Tel 0471/678489
Massimo Cappello, Via Acquedotto Greco 225/B, Catania – Tel 095/362078
Marinella Colombo, Via Manzoni 23, Arosio (CO) – Tel 031/762619
Stefania Micol, Via Rubieri 4, Firenze – Tel 055/678315
Annalisa Balestrino, Vico Malatti 8/9, Genova – Tel 010/2467351
Ester Dapiran, Via Fabrizi 8/14, Genova – Tel 010/3731866
Federica Valenti, Via Fereggiano 91, Genova – Tel 010/8328561
Fiamma Parazzi, Salita San Rocco 15A/5, Genova – Tel 010/232387
Roberta Borgogno, Via Stallo 4, Genova – Tel 348/4078512
Umberta Lenzi, Via F. Corridoni 2D/5, Genova – Tel 010/3620631
Marta Crasnich, Via Mazzini 52, Capriva (GO) – Tel 0481/82605
Gisella Salvatici, Via Capodistria 43, Grosseto – Tel 0564/457152
Cinzia Rava, Via Orenghi 8, Dolcedo (IM) – Tel 0183/280662
Letizia Grassi, Corso Plistia 16, Pescasseroli (AQ) – Tel 0863/91926
Caterina Lovo, Via Valfurva 1, Milano – Tel 02/6432337
Giulia Bellentani, Via Savoldo 5, Milano – Tel 02/6433369
Pinuccia Lunari, Viale Monza 39, Milano – Tel 02/2896717

Vincenzo Iacona, Via F. Filzi 128, Brescia – Tel 030/390985
Elena Barbieri, Via F. Filzi 128, Brescia – Tel 338/3472572
Giuliana Bertolasio, Via Martiri Oscuri 16, Milano – Tel 02/26111019
Barbara Cipolla, Via Panavicino 48, Codogno (LO) – Tel 0377/430899
Eulalia Zanotelli, Via Calzecchi 2, Milano – Tel 02/70128521
Daniela Siniscalchi, Via Foscolo 11, Casatenovo (LC) – Tel 348/5238029
Chiara Corbetta, Via Pietro Maroncelli 18, Lentate sul Seveso (MI) – Tel 339/4830455
Annamaria Azzi, Via G. Puccini 4, Sorbolo (PR) – Tel 0521/697402
Maria Grazia Clerici, Via Dei Mille 195, Pavia – Tel 340/2526746
Giovanna Brivittello, Via Forze Armate 40, Milano – Tel 02/48704040
Elena Bùdria, Via IV Novembre 83, Vidigulfo (PV) – Tel 347/1149486
Maria Cristina Diviggiano, Via Roberto Rossellini 2, Milano – Tel 02/4525893
Alma Damanins Del Nero, Via Nuvolari 12/73, Arese (MI) – Tel 02/93588025
Renato Garavaglia, Via P. Gemelli 5, Mesero (MI) – Tel 02/9787482
Tiziano Orlandini, Via S. Giuseppe 19, Piacenza – Tel 0523/824154
Cristina D'Alessandro, Via G. Govone 28, Milano – Tel 02/3315797
Angelo Carella, Corso Italia 29, Busto Arsizio (VA) – Tel 0331/622532
Maria Stella Carta, Corso V. Emanuele 578, Napoli – Tel 081/404640
Mario Somma, Via Croce Rossa 3, Napoli – Tel 348/3862049
Nicoletta Liguori, Via Caravaggio 45, Napoli – Tel 081/644071
Patrizia Chiaro, Via Montanari 4, Padova – Tel 049/8716059
Ignazio Tabbone, Via del Nebrodi 102, Palermo – Tel 091/408514
Federica Maestri, Via Isella 91, Gambolò (PV) – Tel 349/6618175
Lorella Bonsignori, Via Poggiarellini 13, Terricciola (PI) – Tel 0587/658376
Massimo Capuano, Via De Gasperi, 33 – Cava dei Tirreni. Tel. 089/467320
Andreina Massone, C.so Europa 5/14, Loano (SV) - Tel 347/0902735
Riccardo Caron, Via Boston 12, Torino – Tel 011/3294924
Joseph C. Costa, Via De Paoli 14, Genova – Tel 348/2660270
Susanna Repic, Via Della Stazione 32, Muggia (TS) – Tel 040/273156
Valentino Jogan, Via Alpi Giulie 15, Trieste – Tel 040/828741
Vanna Viezzoli, Via Franca 6, Trieste – Tel 040/301455
Victor Volontè, Via A. Volta 103, Saronno (VA) – Tel 02/96701848
Diana Bullo, Cannaregio 20/73, Venezia – Tel 041/5242271
Bernardo Piemonte, Via Monte Tenda 7, Verona – Tel 347/4414557
Giovanna Failoni, Via Calderara 4, Verona – Tel 045/572949
Dusolina Garlatti, Via Pergoletta 226, Vicenza – Tel 0444/530086
Gilda Nodinelli, Via Paolo Liroy 5, Sandrigo (VI) – Tel 0444/658432
Giuseppina Crestani, Via Roveredo Alto 31, Marostica (VI) – Tel 348/7485773
Ivana Orso, Via Roccolo Carli 1, Marostica (VI) – Tel 347/6178691
Patricia Erndt, Via Panica 74, Marostica (VI) – Tel 0424/73033
Leila Brisig, Via Zorzi 23, Lugano, Svizzera – Tel 0041/91/9942373
Rosangela Simoni, Via Linoleum 28, Giubiasco, Ticino, Svizzera – Tel 0041/91/8574163



Joytinat® Centro Yoga e Ayurveda

Via Balbi, 33/29 - 16126 GENOVA (GE), Italia. Tel./Fax 010/2758507. e – mail: joytinat@libero.it www.joytinat.it

LISTINO PREZZI DEI PRODOTTI COME DA CATALOGO 2001 – LISTINO AD ESCLUSIVO USO DI PROFESSIONISTI.

PRODOTTI	Indicazioni	Prezzo	Confezioni disponibili
ALIMENTARI			
Niragada tisana	Depurante, regolarizza	€ 26	60 gr
Niragada Vati	Depurante, regolarizza	€ 26	120 tavolette
Vaira Prash	Da forza e ricostituente	€ 16	200 gr
Vaira Vati	Da forza e tonificante	€ 16	120 tavolette
Shanti Tè	Rilassante	€ 6	35 gr
Shanti Vati	Rilassante	€ 16	120 tavolette
Masala	Digestivo	€ 10	50 gr
Rasam	Aperitivo e digestivo	€ 10	50 gr
Sukkunir	Corregge il metabolismo, energetico	€ 10	75 gr
Ghi Gruta (condimento)	Equilibra i Tridosha, rinfrescante, ringiovanente	€ 10	125 gr
T.P. Podi	Nettare di lunga vita	€ 16	50 gr.
Kasa Sciroppo	Tosse	€ 10	60ml.
Olio di sesamo	Olio leggero per friggere	€ 15	1000 ml
Balsamo	Disturbi respiratori	€ 6	20gr.
PER MASSAGGIO			
Vata Tailam (olio Erbolizzati)	riscaldante, dolori muscolari	€ 8 € 76	100 ml 1000 ml
Pita Tailam	Rinfrescante, calmante	€ 8 € 76	100 ml 1000 ml
Kapa Tailam	Sciogliente, drenante	€ 8 € 76	100 ml 1000 ml
Pinda Tailam	Olio Santo, artrosi, arterite	€ 8 € 128	60 ml 1000 ml
Pinda forte	dolori muscolari e reumatici	€ 10	60 ml
Narayana Tailam	Fortifica il sistema nervoso	€ 8	100 ml
Mallihai Tailam	Eccitante	€ 8 € 128	60 ml 1000 ml
Danda Tailam	Fortificante per i denti	€ 8	60 ml
Roja Tailam	Olio dopo bagno	€ 8 € 128	60 ml 1000 ml
Sandana Tailam	Calmante	€ 8 € 128	60 ml 1000 ml
Jiva Tailam	Fortificante e protettivo per la gola	€ 8 € 128	60 ml 1000 ml
Padma Tailam	Rinfrescante, addolcente, fortifica il cuore	€ 8 € 128	60 ml 1000 ml
Dhara Tailam	Tonificante per i tessuti nervosi	€ 76	1000 ml

Basti Tailam	Tonificante, nutriente	€ 76	1000 ml
Kulandai	Olio per il massaggio dei bambini	€ 8 € 76	100 ml 1000 ml
Nasika Tailam	Protettivo per vie respiratorie	€ 6	10 ml
Anu tailam	Per sinusite, allergie respiratorie	€ 6	10 ml
Netra tailam	Protettivo e fortificante per gli occhi	€ 6	10 ml
Karna tailam	Protettivo per le orecchie	€ 6	10 ml
Vata crema	per pelli secche, tonificante	€ 18	100 gr
Pita crema	per pelli sensibili, rinfrescante	€ 18	100 gr
Kapa crema	drenante	€ 18	100 gr
Thermal crema	per disturbi della pelle	€ 12	50 gr
Pada crema	per la pelle dei piedi	€ 12	50 gr
Kapa podi	polvere drenante	€ 12	50 gr
Abyangam podi	Polvere idratante e tonificante	€ 12	50 gr.
Sundari podi	Coadiuvante per acne	€ 12	50 gr
Othadam	riscaldante, allevia dolori	€ 6	
PER IGIENE			
Snana Tailam	Olio da bagno	€ 8 € 76	100 ml 1000 ml
Kaya Podi	Polvere purificante	€ 12	50 gr
Rasadanti	Polvere dentifricia	€ 10	40 gr
Sivadanti	Polvere per gengive	€ 8	5 gr
Pulisci-lingua	Strumento per igiene cavo orale	€ 3	1 pezzo
Lota	Strumento per igiene cavità nasali	€ 12	1 pezzo
Sutraneti	Strumento per igiene vie respiratorie	€ 6	1 pezzo
LIBRI E DISPENSE			
"Ayurveda"	Manuale di auto-cura	€ 16	
"Abyangam"	Manuale di massaggio ayurvedico	€ 16	
"Thaimai –Maternità"	La donna, la gestante, la madre	€ 16	
Yoga dispense	Dispense teorico-pratiche	€ 10	
Yoga Terapia dispense	Dispense teorico-pratiche	€ 10	
Brahma Suddhi dispense	Dispense sulla pratica	€ 3	
Surya Namaskaram dispense	Dispense sulla pratica	€ 3	
Alimentazione dispense	Dispense sulla teoria	€ 10	

ALIMENTI IN TAVOLETTE A BASE DI ERBE

PRODOTTO	COADIUVANTE IN CASO DI :	PREZZO	CONFEZIONE (n° di tavolette)
AL Vati	Disturbi femminili e ormonali	€ 16	50
Arogyawardhini	Disturbi del fegato	€ 16	50
Asanad	Diabete	€ 16	50
Calcipral	Osteoporosi	€ 16	50
Chandrakala Rasa	Stati febbrili	€ 16	50
Chandrapraba	Disturbi urinari	€ 16	50
Dizyme/Raja	Disturbi della menopausa	€ 16	50
Fortex	Impotenza e infertilità	€ 16	50
Ghandak Rasayana	Infezioni, infiammazioni	€ 16	50
Kadukai	Purgante	€ 3	2
Kanchana Goggul	Ingrossamento ghiandolare	€ 16	50
Kumari Kalpa	Disturbi del fegato e affezioni polmonari	€ 16	50
Niraga. Vati	Trattamento disintossicante	€ 26	120
Vaira Vati	Trattamento tonificante	€ 16	120
Shanti Vati	Trattamento rilassante	€ 16	120
Pita Samaka	Pacifica Pita Dosha	€ 16	50
Punarnava Goggul	Trattamento drenante	€ 16	50
Rasaganda	Ipertensione	€ 16	50
Sanjivani	Dissenteria	€ 16	50
Shankavati	Mal di pancia, colite, flatulenza	€ 16	50
Shanti Forte	Trattamento rilassante	€ 16	50
Sinada	Dolori articolari, artrite, artrosi	€ 16	50
Kumba	Obesità	€ 16	50
TPG	Obesità, artrite, artrosi	€ 16	50
Shuksma	Infezioni interne	€ 16	50
Sootasekara	Pacifica Pita Dosha	€ 16	50
Sundari Vati	Acne	€ 16	50
Swarna	Disturbi cardiaci, delle articolazioni e immunitari	€ 16	30
Swasakutir	Disturbi dell'apparato respiratorio	€ 16	50
Tribuvan	Disturbi influenzali	€ 16	50
Vaira Forte	Trattamento tonificante	€ 16	50
Vasasin	Disturbi dell'apparato respiratorio	€ 16	50
Varunadi	Disturbi apparato urinario e prostata	€ 16	50
Vata Samaka	Meteorismo	€ 16	50
Yogaraja Goggul	Dolori articolari, artrite, artrosi	€ 16	50

Nota: I prezzi possono essere soggetti a variazioni.

I CORSI 2002-2003

CORSO DI ABYANGAM – Massaggio Ayurvedico



Presentazioni dei Corsi: Dom.29 set.ore 15-17

VARIE INCONTRI:

sede di GENOVA

Gruppo AUTUNNO	Gruppo INVERNO
1°-:17-20 ott.	1°-: . 7-10 nov.,
2°-: 28 nov.-1 dic.	2°-: 23-26 gen.,
3°-: 6-9 feb.	3°-: 6-9mar.,
4°-: 5-8 giu.	4°-: 5-8 giu..

Gruppo PRIMAVERA	Gruppo WEEKEND
1°-:27-30 mar..	1°- 16-17 nov., 5°- 15-16 mar.,
2°-: 10-13 apr.	2°- 21-22 dic., 6°- 12-13 apr.,
3°-: 8-11 mag.	3°- 18-19 gen., 7°- -5-6 giu
4°-: 5-8 giu.	4°- 8-9 feb., 8° 7-8 giu.

Gruppo INTRODUTTIVO "SERA":

Tutti i lunedì ore 18,30-
21,30

Inizio il 1° incontro 14 ott.

SEDE MILANO

1°- 12-13 ott.,	5°- 8-9mar.,
2°- 9-10 nov.,	6°- 5-6 apr.,
3°- 30 nov.-1 dic.,	7°- 3-4 mag.,
4°- 25-26 gen.,	8°- 31mag.-1giu

SEDE BARCELLONA

1° - 3-6 ott.,	2°-: 6-9 dic.,
3° -. 10-13 gen.,	4°-: 28-31 mar.
5° - 19,20,21 in Genova	

CORSO MATERNITA- Genova

1°-:.. 5-6 apr,
2°-: 3-4 mag.,
3°-: 31mag.-1giu.

CORSO ALIMENTAZIONE - Genova

1°-: 26-27 apr.
2°-: 17-18 mag.
3°-: 28-29 giu.

CORSO DI NIDAN – SIKITSA – Milano

23-24 nov., 1-2 mar.,-
14 -15 dic., 26-27 apr. (+ yoga),
4-5 gen., 10-11 mag.,
15-16 feb., 28-29 giu.

CORSO DI INSEGNANTI YOGA – Genova

26-27 ott., 22-23 mar
2-3 nov., 26-27 apr. (+ nidan),
22-23 feb, 17-18 mag., 21-22
giu

CORSI ESTIVI 2003:

DIGIUNO	17 – 20 apr.
2003	
PANCHAKARMA	20 – 26 apr.
2003	
ABYANGAM:	6 – 13 lug. 2003
PANCHAKARMA	13 –20 lug.
2003	
PANCHANGA YOGA:	21 – 28 lug.
2003	

Z Z Z Z Z

ESAME DEI CORSI 19 SET.2003
CONFERENZA INTERNAZ. 20-21 SET.2003