

MJM Corporation  
vous propose

# De vous accompagner *En Inde !*

Pour un panchakarma

Lieu :

 **Kerala**

14 Jours - 13 Nuits

## Le pack inclut :

- Hébergement dans un boutique hôtel de luxe
- L'accompagnement de M-J Manzano & la traduction lors des consultations médicales
- Le traitement Ayurvédique quotidien (par ex massages)
- Les consultations avec le médecin
- Yoga quotidien (matin)
- Repas végétariens (petit-déjeuner, déjeuner et dîner)
- Médicaments ayurvédiques

A partir de  
**4 500 €**  
Par personne



## Renseignements

Au près de M-J ou à  
[rdv.mjm@gmail.com](mailto:rdv.mjm@gmail.com)

# Qu'est-ce que l'Ayurveda ?

L'ayurveda est une médecine holistique indienne Millénaire , qui traite chaque individu comme un être unique. L'approche est individualisée et l'être humain est vu dans son ensemble .

Ayurveda du sanskrit Ayur : vie et Véda : connaissance

Ayurveda : connaissance de la vie

L'ayurveda est une science, une philosophie, une manière de vivre, une méthode de santé qui a pris naissance il y a plus de 7000 ans .

Les traitements des maladies , souffrances, dysfonctionnements corporels passent avant tout par une compréhension profonde de l'individu dans sa globalité (corps-esprit-âme-style de vie) et par une prise en compte de sa singularité.

Cette médecine holistique se focalise sur le maintien et le rétablissement de l'équilibre physique , psychologique , spirituel en traitant la cause de la maladie et non les effets . C'est une discipline préventive .

L'homme moderne subit un stress permanent , l'ayurveda peut-être une thérapie qui restaure notre santé affectée par notre mode de vie .

Une cure ayurvédique vous permet d'aller vers un équilibre par des conseils alimentaires , la pratique du yoga , la méditation , une hygiène de vie et des massages .

L'ayurveda soutient que l'homme fait partie de l'univers et qu'il est composé des mêmes éléments que le macrocosme : les 5 éléments (ether , feux, air, terre, eau) soit Pita, Vata et Kapha.

Chaque être humain est unique doté de qualités, de caractéristiques physiques et d'une personnalité. Les 3 doshas sont les piliers de l'ayurveda et ils s'exercent à travers toutes fonctions du corps et de l'esprit.

Quand c'est 3 doshas sont en équilibre l'organisme se trouve en harmonie , physique , mental , psychique . Un déséquilibre des doshas va causer des troubles physiques et psychiques.

