

Après 120 jours de grossesse

Dauhridaya est à boire à partir du 120^{ème} jour de grossesse, là où l'enfant a tous ses sens en éveil et transmet ses désirs à sa mère. Cette synergie de plantes protège l'enfant et va ensuite préparer les tissus du périnée à l'accouchement. Elle est rafraîchissante, décongestionnante et apaisante.

Préparation :

Utiliser un sachet de Dauhridaya pour 200 ml d'eau bouillante.
Laisser infuser 8 à 10 minutes.
Boire une à quatre tasses par jour.

Citronnelle*

– Inde

Sureau *

– Ardèche

Rose**

– Grasse

Lavande *

– Vaucluse

Tulsi Vana*

– Inde

Tulsi Rama*

– Inde

Tulsi Krishna*

– Inde

Hibiscus*

– Burkina Faso

Achillée millefeuille*

– Ardèche / Puy-de-Dôme

Bruyère*

– Ardèche

Mauve*

– Puy-de-Dôme

Prêle*

– Ardèche

Framboisier*

– Ardèche / Puy-de-Dôme

Ortie*

– Puy-de-Dôme

* : issu de l'agriculture certifiée biologique

** : non certifié bio, testé sans pesticides par le laboratoire Phytocontrol.

Référence infusettes 010300
EAN 3700876600164
Référence boîte 010320
EAN 3700876600522

Sanskrit : Dauhridaya : deux coeurs

Selon l'Ayurveda :

Dauhridaya est une infusion sattvique qui est neutre sur les 3 doshas et favorise l'harmonie mère-enfant. Elle équilibre notamment Pitta selon les principes de « Jwara chikitsa » (traitement des fièvres). Cette synergie est aussi composée de plantes « Garbhashthapana » qui protègent l'enfant et participent à son développement.



Conseil du Vaidya :

Pendant la grossesse, la nourriture de la mère doit être plaisante, fraîche et de bonne qualité. Elle doit être d'une consistance onctueuse, liquide ou semi liquide et épicée sans être trop piquante ou salée. Elle ne doit pas être sèche de nature ou fermentée pour ne pas assécher encore plus le corps de la mère.

Ne réprimez pas vos envies, ce sont celles du fœtus. Réprimer ces désirs activerait Vāta qui pénétrerait le fœtus et qui pourrait causer de nombreux troubles psychosomatiques. De manière général, évitez tout ce qui peut aggraver Vāta.

Appliquez-vous une huile chaude (amande douce, sésame...) au niveau de l'abdomen, de la poitrine et sur les extrémités plusieurs fois par semaines. Cela détend et baisse Vāta !

Les effets de Dauhridaya :

Cette synergie de plantes, majoritairement des fleurs, accompagne la grossesse et prépare l'accouchement. Elle régule le transit et redonne de la tonicité à l'intestin au travers de l'hibiscus et de la bruyère. Combinée à l'action de la lavande sur le système nerveux, elle apaise la mère. Dauhridaya est aussi rafraîchissante, circulatoire et décongestionnante. Elle recherche, notamment au travers de la prêle, à pallier les manques fréquents en minéraux qui peuvent mener à l'ostéoporose. Enfin, elle prépare les tissus du périnée pour un accouchement en douceur.

रस *Rasa* (goût) :

sucrée, astringente et acide

गुण *Guṇa* (qualité) :

légère.

वीर्य *Vīrya* (énergie) :

équilibrée.

वपिक *Vipāka* (résultat):

sucrée.



Golden Temple

8 rue de la Métallurgie
38420 Domène