

नव वसन्त

nava vasanta

Ménopause

Nava Vasanta est destinée aux femmes ménopausées. Cette infusion apaise, revitalise, nourrit les tissus, notamment les os, améliore la digestion et atténue les dernières bouffées de chaleur.

Selon l'Ayurveda : Chez la femme ménopausée, l'arrêt des règles bloque l'évacuation de Vāta qui remonte vers la loge de Pitta et perturbe Agni, la digestion. Cette synergie de plantes corrige la mauvaise orientation de Vāta et l'équilibre sous sa forme Samāna dans l'abdomen. Elle équilibre aussi Pitta en libérant Rasa et Rakta dhātu de Āma, tout en soignant le feu digestif. Des plantes dites Rasāyana, qui protègent l'équilibre et la stabilité des dhātus, viennent renforcer cette synergie.

Shatavari*

– Inde

Vétiver*

– Inde

Centella asiatica*

– Sri Lanka

Angélique*

– Ardèche / Puy-de-Dôme / Drôme

Ashwagandha*

– Inde

Aubépine*

– Puy-de-Dôme

Sauge*

– Puy-de-Dôme

Brahmi*

– Sri Lanka

Poivre long*

– Sri Lanka

Menthe verte*

– Inde

Bergamote*

– Italie

* : issu de l'agriculture certifiée biologique

रस Rasa (goût) : sucrée, amère et astringente avec un léger arrière goût piquant.

गुण Guṇa (qualité) : équilibrée dans les qualités humide/sèche, légère/lourde.

वीर्य Vīrya (énergie) : relativement froide.

वपिक Vipāka (résultat) : sucrée.

Préparation :

Utiliser un sachet de Nava Vasanta pour 200 ml d'eau bouillante.

Laisser infuser 10 à 12 minutes.

Boire une à quatre tasses par jour.



Conseil du Vaidya :

Ne pas retenir ses envies d'uriner, bâiller, éternuer, aller à la selle etc... Respecter une diète, végétarienne de préférence, sans pour autant que la restriction soit ressentie comme une frustration. Méditation, relaxation, Yoga... au quotidien. Levez-vous et couchez vous (maximum 22H) à des horaires régulières. Se masser avec de l'huile.

Sanskrit :

Nava Vasanta = deuxième printemps

Les effets de Nava Vasanta :

L'arrêt complet des règles chez la femme perturbe son organisme. Jusqu'à présent, les règles étaient un très bon moyen de purifier l'organisme par les pertes de sang. A noter que c'est pour cette raison que les hommes vivent moins longtemps que les femmes. L'arrêt des règles perturbe Vāta et crée, avec les déchets non évacués par les règles, les bouffées de chaleur. Cette infusion est aussi détoxifiante, compensant l'arrêt des règles.

Nava Vasanta est aussi une infusion digestive. En effet, avec l'âge, la digestion faiblit et ainsi les aliments sont mal digérés. Se crée Āma qui dérègle et affaiblit le corps. Cette synergie de plantes, pour être encore plus bénéfique aux femmes, est composée de plantes nourrissantes comme l'ashwagandha ou le shatavari. Cela permet de retarder le processus de vieillissement des cellules et des tissus du corps afin d'augmenter l'immunité et la longévité.



Golden Temple

8 rue de la Métallurgie
38420 Domène



FR - BIO - 01
Agriculture UE
/ non UE

Référence infusette 010600
EAN 3700876600188
Référence boîte 010620
EAN 3700876600546