

CONSEILS DU SR SHRINIDH NAIR

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi il y a des cas où des personnes apparemment en forme et jeunes succombent au COVID-19 alors que certaines personnes âgées se rétablissent très bien? Ici, nous devons comprendre que le renforcement de l'immunité (par la prise de plantes ou de médicaments par exemple) n'est en fait recommandé pour aucun traitement. La seule chose qui aide à inverser la maladie est une réponse immunitaire optimale et précise.

Aucune quantité de stimulation immunitaire ne vous protégera des maladies si le corps n'a pas un métabolisme approprié. Votre système corporel est conçu pour surmonter toutes les principales maladies par lui-même. Tout ce que nous avons à faire est de fournir un environnement favorable au corps afin qu'il puisse contrer le pathogène.

Comment pouvez-vous déterminer si vous avez un métabolisme approprié? Ici, nous devons examiner la définition de la santé donnée par l'Ayurveda.

Il faut comprendre que la santé n'est pas simplement l'absence de maladie. La santé est définie comme un état normal de toutes les activités physiologiques et un état agréable des organes sensoriels, de l'esprit et du soi.

"Samadosha, samagnischa samadhatumala kriyaha prasanna atmenindriya manaha swasthya ityabhidheeyate"

Les indicateurs de santé sont:

1. Bon appétit (sensation de faim)
2. Bonne digestion
3. Élimination correcte des matières fécales
4. Bonne élimination de l'urine
5. Élimination correcte du vent / flatulences
6. Légèreté du corps
7. Clarté des sens
8. Bon sommeil
9. Réveil correct
10. Bonne résistance
11. Un bon teint
12. État d'esprit agréable

Si l'un de ces éléments n'est pas correct, cela signifie que le métabolisme de votre corps est perturbé et doit être corrigé. Dans de tels cas, aucune plante ou traitement aléatoire n'aidera jamais à récupérer ou à corriger le métabolisme dérangé. Il faudra une analyse appropriée de la condition par un médecin ayurvédique.

Rappelez-vous toujours qu'il n'y a pas de médicament miracle qui guérira tout à chaque fois.

Pour consulter notre médecin, visitez notre site Web

www.ayurnidhi.com ou www.decouvrezlayurveda.com

#Ayurnidhi #Ayurveda #Yoga #immunité # santé # covid19 #plantes #ayubox #decouvrezlayurveda