

TECNICAS DE SANACIÓN HOLISTICA, POR ANA CABANAS

Ayurveda significa en sanscrito la Esencia de la Vida, la facultad y el potencial que tenemos todos para desarrollarnos y crecer y es el arte de vivir con un bienestar.

Los 5 elementos (Tierra, fuego, aire, agua y éter, están dentro de nosotros y la llave de la salud consiste en balancearlos mediante un sistema y estilo de vida integral se consigue una felicidad interna duradera.

Ayurveda propone una alimentación sana, ejercicio físico (yoga), meditación para una mente serena, tranquila, y los tratamientos terapéuticos de desintoxicación, equilibrio y regeneración; donde después de una primera consulta examinando y dialogando con la persona, realizo el tratamiento adecuado para la misma.

Las técnicas que realizo trabajan de una forma holística (cuerpo, mente, emociones, cuerpo energético, alma) tratando los síntomas desde su origen, además de los tratamientos ayurveda que se trabajan manualmente, usando hierbas medicinales, barros, especies, aceites y aromaterapia, también utilizo como apoyo en mi trabajo, Reiki, radiestesia, cromoterapia., así como doy una orientación de cómo se encuentra la persona en el momento actual y que aspecto tiene que trabajar, o cuidar, o equilibrar en su vida diaria y doy instrumentos (técnicas de meditación, respiración, alimentación adecuada, y recomendaciones para seguir su proceso de una forma efectiva y eficaz donde se pueda ver un movimiento hacia delante de mejoría y crecimiento personal

Como formadora doy cursos ayurveda enseñando la filosofía, historia, alimentación, los tipos de constitución, los aceites, la aromaterapia, el equilibrio de energías, y los tratamientos ayurvédicos. Son cursos reconocidos por la APENB. (Ver en www.artededespertar.com)

Los tratamientos ayurveda a aplicar en la terapia son los siguientes:

El masaje corporal Abhyanga

Es un Masaje Ayurvédico efectuado con un baño de aceites medicinales al que se añaden flores y hierbas aromáticas, es una auténtica "cura energética" que regulariza las funciones físicas y psíquicas restableciendo el bienestar. Se trata de una antigua terapia de procedencia oriental, que utiliza unciones, irrigaciones y masajes con aceites tibios y medicinales para promover la salud, el vigor, la longevidad y la belleza.



1 hora 55 euros.

Tratamiento Art Reum (Flexibilidad) y masaje descontracturante :

Cataplasmas a base de arcillas y/o hierbas medicinales para tratar inflamaciones y dolor muscular. Contracturas musculares, ciática, artrosis, artritis, tensión muscular. (Duración 40 min. Precio 40 Euros.)

Tratamiento facial: Masaje en el que se trabaja la cara y sus puntos marma (energéticos y vitales), actuando desde el sistema límbico, proporcionando renovación, belleza interna y externa, desconggestionando y estimula la vitalidad y alegría. (Duración 40m Precio 40 Euros)

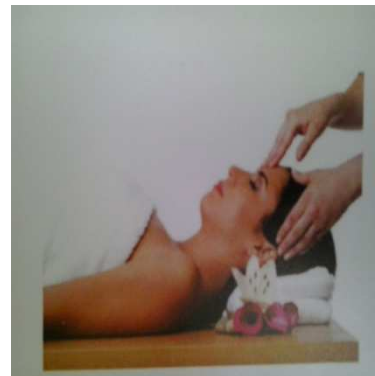
Tratamiento facial con masaje de cervicales

Tratamiento exclusivo a base de arcillas, plantas, y especias purificantes.

- Limpieza delicada de la piel, dejándola libre de impurezas, y células muertas;
- hidratación profunda recobrando su tonicidad y belleza
- masaje terapéutico con aceites esenciales sintiendo el poder de la aromaterapia sobre tu piel suave, fresca y renovada.
- Toques en puntos marma (energéticos)
- Masaje de caricias neorosedante

Verás tu belleza interior reflejada y renovada hacia el exterior.

Duración 45m. Precio 45 Euros



Royal Sandal- Tratamiento facial masculino

Limpieza facial depurante con hidratación profunda y masaje terapéutico a base de aceite esencial de sándalo., hidratante, descongestivo, emoliente y rejuvenece la piel. Además a nivel emocional tiene propiedades vitalizantes y armonizantes, consiguiendo una completa armonía de la mente y el cuerpo.

Duración 40 m. Precio 40 Euros

Shirochampi: Masaje de cabeza y cervicales: Masaje que se realiza sentado en silla, usando aceites y aromas. Indicado para dolores de cabeza, migrañas, pesadez, insomnio, falta de concentración, equilibra el sistema nervioso, estimulador de los puntos energéticos del cerebro y cabeza.(Duración 40m. Precio 40 euros).

Metodo Garshan y Udara

Tratamiento depurador, reductor y drenante que utilizando barros y aceites esenciales mediante el masaje elimina y desintoxica, tratando la celulitis, retención de líquidos, hinchazón, obesidad, piernas pesadas, retención de líquidos, problemas digestivos y menstruales. (Duración 1,30h. Precio: 65 Euros). (Min 3 sesiones) (Adelgazamiento de 6-10 sesiones). Bonos 10% de dto.

Masaje Piernas : Cansadas, hinchadas; circulación, celulitis (Duración: 40m. Precio 40 Euros)

Masaje Pies (Pada):

Se usaran arcillas y esencias trabajando los puntos marma y el masaje para abrir y estimular los canales y órganos del cuerpo bloqueados y estancados, disminuyendo el dolor e inflamación de los pies haciendo que circule la energía vital nuevamente. (Duración 45m. Precio 45 euros)

Masaje con pindas:



Consiste en un masaje combinado con unos pequeños saquitos, llenos

de especias, hierbas naturales y esencias que se aplican sobre

el cuerpo, produciendo un efecto de oxigenación y

desintoxicación, reduciendo la hinchazón y ayudando a disolver

las toxinas en los tejidos y articulaciones, descontracturando y relajando los músculos mediante presiones, fricciones envolventes y movimientos circulares, tonificando y estimulando el organismo. (Duración 1 hora. Precio: 60 Euros).

Primera visita: Consulta con diagnóstico y masaje/terapia: 1.30h-2h : 60 euros.