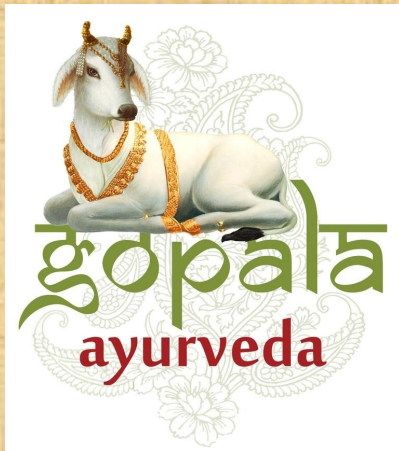
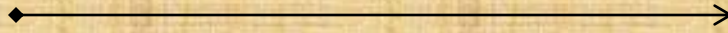


2013 Catalog

2013 CATALOG



アーユルヴェーダ、トリ・ドーシャ・システムの紹介	4
ドーシャ診断（ノートスペース）	7
ラサヤナの紹介	10
Kamadhenu Ayurveda（100%オーガニック認定ラサヤナ、チュルナ&カプセル）	11-15
アーユルヴェーダ薬理学の紹介	16
アーユルヴェーダのマッサージセラピー(Abhyanga)の紹介	17
Kamadhenu Ayurveda（100%オーガニック 治療・ベースオイル）	18-19
クリシュネンドウ アーユルヴェーダ病院（南インド・ケララ州）	20
注文書	21
Dabur（ダブル社）	22-27
Himalaya Herbals	28-33
Mysore Sandalwood ・ *Jain Store Essential & Aromatic Oils	34
Shanhaz Husain	35-39
ハーブ FINDER	40
ヨーガ療法の紹介 & 教室	44
Free Expressions（アーユルヴェーダ的コミュニケーション）	46
国内販売店（ショール、音楽、季節の食品、アロマ・オイル）	47



Sushruta—The father of Surgery

Introduction to Ayurveda:

Rig, Yajir, そして Atharva Vedas で成るヴェーダは、最終的に文字で記録されるまで、何世代にもわたり数千年の時を経て、私たちに口承されてきました。紀元前500年頃に、聖人アディ・シャンカラはヴェーダの末尾を取ってヴェーダーンタと呼び、その中で、自己と神は一つであると記しています。シャンカラはこの知識に膨大な解説を添えて、ヤシの葉に記録しました。最古のヴェーダであるリグ・ヴェーダには、アーユルヴェーダの原則が多く書き記されています。しかしながらアーユルヴェーダ自体は最新のヴェーダであるアタルヴァ・ヴェーダから発展しています。今日のアーユルヴェーダの知識の2本柱は、2篇のすぐれた論文に表されています。Charaka Samhita、Sushruta Samhita どちらの論文も、紀元前1世紀の変わり目に登場しました。Charaka Samhita はアーユル・ヴェーダの内科学に力点を置いた一番初めの文献であり、最初

に病気の原因とその人の体質について言及されています。アーユルヴェーダの外科学と知識とテクニックの詳細は、Sushruta Samhita に書かれていますが、これらの治療法は仏陀の臨終の際に中断され、もはや今日では失われています。

中世の時代に *rasayana* や *vajikarana* として知られていた若返り法、男性化療法が、アーユルヴェーダの治療法に導入されました。紀元前500年頃、アーユルヴェーダは8つの医学校(?)と、聖人 Atreya と聖人 Dhanvantari にちなんで名づけられた2つの初等学校によって形成されました。Charaka は Atreya school of Ayurveda に、Sushruta は Dhanvantari school に所属していました。アーユルヴェーダのコアとなる治療法であるパンチャ・カルマは、アーユルヴェーダの初期実用よりも8,000年ほど前に起こったと信じられています。パンチャ・カルマはインドで長期間にわたって中断されていた

にも関わらず、今も多くの国、地域で実践されています。

パンチャ・カルマという言葉は、ドーシャと呼ばれる過剰な身体の気質を浄化するために行う5つの治療法を表します。Charaka はパンチャ・カルマという言葉は作らなかったが、これらの浄化法を、健康を増進するために用いられるべき第一の実践と定義し、すべてのアーユルヴェーダの治療法の中心となる機軸(コアの治療)として紹介しました。Charaka は、外科的手術やあらゆる若返り法に先行して行われるべき必要な処置としました。パンチャ・カルマは健康なひとにも健康でないひとにも効果があり、生体を再生・活性化させるのに加え、病気を予防したり治療したりするのに最も効果的な治療法であると考えられています。



3つのドーシャ

アーユルヴェーダの基本は3つのドーシャ。人間の3つの異なる基本体質でもあります。

アーユルヴェーダでは、私たちの体には3つの生命エネルギー（ヴァータ、ピッタ、カパ）と呼ばれる3つの性質・気質が存在していると考えます。これらの要素はそれぞれ風、火、水を象徴しています。これらの3つのドーシャは、自然な状態であったり乱れていたり、身体に生命を与えたりまたこれを破壊したりします。この3つのドーシャを理解することによって、それぞれの性質を把握し、必要に応じて治療方法を選択したり、生活スタイルを調整することができるのです。

Vata	Cold, Dry, Light, Irregular, Fast, Mobile, Rough, Changeable	Air
Pitta	Hot, Oily, Light, Penetrating, Soft, Sharp, Malodorous	Fire
Kapha	Cold, Wet, Heavy, Regular, Slow, Dull, Static, Smooth, Dense and Cloudy	Water

ヴァータ= ヴァーユ(空) + アカシャ(エーテル) 霊妙

生物学的に空気質のものはヴァータと呼ばれ、“何かを動かすもの”という語源があります。その動くものの器官として、第二の要素エーテルが含まれます。頭部、関節や骨の空間はその入れ物として機能しています。

ヴァータは動きを統括し、随意、不随意両方のインパルスを発射する能力があります。主には脳と神経系より働きかけています。消化器系では下腹部、特に大腸のガス（空）の蓄積に関係しています。空とエーテルの要素に対応する感覚や聴覚もその一部です。ヴァータは、生命そのものが空に起源するため、それ以外のドーシャに先導し命令する力です。ヴァーターは活動に敏速性、適応性とその施設を与えています。その力によって我々は生氣、原動力と活力を得ることが出来るのです。

ヴァータは精神器官における基本的な流動と感受を制しています。感覚から存在意識までの全ての精神機能を活性化します。又、私たちが内外部のインパルスに反応することを可能にしま

す。生命の危機に陥った時に起こる恐れと不安が、その第一の精神錯乱です。

ヴァータの機能:

- ・ 細胞レベルにまでに及ぶ全ての体の動きの動因。
- ・ 新陳代謝の作用を調整。刺激作用により、分解作業をする能力があります。
- ・ 他二つのドーシャ、ピッタとカパの動きを調整します。
- ・ 細胞分裂
- ・ 全ての感覚と運動中枢を刺激
- ・ 呼吸の調整
- ・ 知的感覚の機能正常化を計ります。
- ・ 熱情や喜びを起こさせます。

ピッタ = テジャ (火) + ジャラ(水)

生物学的に火気質はピッタと呼ばれ、“何かを消化するもの”という語源があります。火は体の中に直接存在はできませんが、血液や消化液といった熱を持った液体に含まれています。この理由から、ピッタの第二の要素として水があります。

ピッタは消化器に例をみるように、食べ物から考えまです、体と心の変化を統括しながら、あらゆるレベルでの同化作業を行います。主には消化器、特に消化の‘火’が働く小腸と胃に存在しています。又ピッタは、火の要素に対応する血液と視覚神経にも見られます。ピッタは感覚、知覚から細胞代謝に至る全ての温度と光に動因しています。精神面では、ピッタは理由付け、知的能力と理解力を支配し、精神の容量を照らし出します。私たちは理解し、判断し又差別化する事が可能となりますのです。怒りはピッタの代表的な感情的動揺で、かっとなったり激怒し、外的からの行動に身を守る助けとなります。

ピッタの機能:

- ・ 熱の生産
- ・ 食欲やのどの渇きを促進
- ・ 皮膚の色、艶や顔色の維持
- ・ 視力を維持
- ・ 同化作用の増加
- ・ 精神活動の向上
- ・ 喜び、怒りや勇気といった様々な感情と関係します。

KAPHA = Jala (Water) + Prithvi (Earth)

The biological water humor is called Kapha, meaning “that which holds things together”. It contains a secondary aspect of ‘Earth’ as the boundary in which it is held, the skin and mucous membranes. Kapha governs form and substance and is responsible for weight, cohesion and stability. It is the fluid solution, the internal ocean in which the other two humors move. It constitutes the main substance of the body. It provides for proper lubrication and discharge of secretions. It cushions the nerves, mind and senses.

Kapha predominates in the bodily tissues and in the upper part of the body—the stomach, lungs and head where mucous accumulates. It relates to the sense of taste and smell, which correspond to water and earth.

Kapha governs feeling, emotions, and the capacity of the mind to hold onto form. It gives mental calm and stability but can prevent growth and expansion. Desire and attachment are its main emotion-

al imbalances, the holding onto things in the mind, which can overburden the psyche.

Functions of Kapha

- Constitutes the main body mass
- Responsible for strength, stability and firmness of the body.
- Maintenance of body fluids
- All anabolic processes including growth and development of the body
- Healing of wounds
- Fertility
- Responsible for particular mental attitudes, zeal, knowledge, memory, absence of greed, forgiveness
- Negative mental qualities like ignorance, laziness, jealousy, etc. due to dominance of Kapha.

ドーシャの測定

あらゆる人と物は3つのドーシャすべてを含みます。人によってドーシャの比率こそ違いますが、通常はその3つの中で1つないし2つのドーシャが優勢となります。ドーシャは人体内部や自然のあらゆる場所にあるドーシャと相互に作用し続けます。このことは人々が彼らの置かれた環境に対しての振る舞いや対処の仕方において、多くの共通点を持ちながらも同時に相当多くの相違点を持つ理由を明らかにしています。アーユルヴェーダは食品、風味、色、そして色の違いが様々な方法でドーシャに影響を及ぼすことを認識しています。例えば、非常に辛く鼻にツンとくるスパイスがピッタによくない影響を与える一方、サラダなどのように冷たいライトミールにはピッタを落ち着かせる働きがあります。ドーシャに影響を及ぼすこのような力はアーユルヴェーダの実践と治療の基礎となります。

ドーシャの組み合わせ

1. ヴァータ
2. ピッタ
3. カパ

4. ヴァータ／ピッタ
5. ヴァータ／カパ
6. ピッタ／ヴァータ
7. ピッタ／カパ

8. カパ／ヴァータ
9. カパ／ピッタ
10. ヴァータ／ピッタ／カパ

バランスのとれた3つのドーシャーその人が健康であることを意味します

3つのドーシャの間のバランスのとれた関係は人々の健康になくてはならないものです。それだけではありません。3つのドーシャは人体が司るあらゆる代謝活動に深く影響を及ぼしています。心身におけるドーシャの活動にバランスがとれていれば、私たちは精神的・肉体的な幸福を実感できますし、ドーシャの活動が若干バランスを失っているときには逆に不安を感じるかもしれません。ドーシャの活動がさらに明らかにバランスを欠いている場合、すなわち3つのドーシャの内1つ以上の活動が度を越しているかあるいは逆に足りないことを認識できる場合に病気の緒症状が現れる可能性があります。ヴァータ、ピッタ、及びカパの比率に関係なく、あなたの基礎的体質は精神的・肉体的な本質を表しています。バランスが保たれると、健康状態は最高のレベルになります。

ドーシャテスト

☆体質チェック☆

本来自分がもっている体質や性格を通じて、今の自分がどの体質どんな状態にあるかを調べてみよう！

活動状況は？	素早い、率先する	普通の速さ	ゆっくり
興奮しやすい？	とてもしやすい	しやすい	ほとんどしない
物事に動じやすい？	とても動じやすい	多少、癪に障る	影響されない
物覚えと理解は？	速いが表面的	普通、応用が得意	遅い、深く理解する
記憶力は？	忘れやすい	普通	忘れにくい
消化は？	不規則	強い	ゆっくり
食欲は？	不規則	強い	弱い
一度に沢山食べられる？	ムラがある	食べられる	食べられない
好みの味は？	甘い、しょっぱい、酸っぱい	甘い、苦い、渋い	辛い、苦い、渋い
好みの食事は？	暖かい飲み物と、食べ物	熱くない食事と、冷たい飲み物	パサパサしたもの、乾燥したもの
外出したくない日は？	寒く、乾燥した日？	暑い日	寒く、曇った日
睡眠は？	浅く、目覚めやすい（4～6時間）	気持ちよく眠れる（6～8時間）	深い、少し重い（8時間以上）
よく見る夢は？	怖い、走る、飛ぶ、木、山	怒り、暴力、太陽、炎	水、湖、鳥、白鳥、花
便通は？	不規則	一日2回以上	規則的
便の状態は？	硬い	軟便	中間
汗は？	ほとんどかかない	汗かき	少しかく
異性または同伴者に関して	性的な空想が多く行動が少ない	適度に空想し、適度に行動する	性的な欲求がとても強い
問題に対して	悩みやすい、注意散漫、どうしたらよいかわからなくなる	イライラしやすい、怒りやすい	落ち着いて、確実にこなす
活動は？	煩雑、乱雑、せわしい	正確、規律的	優雅、遅い
話し方と会話は？	早口、おしゃべり、まとまりがない	明晰、鋭い、きつい、話し上手	ゆっくり、明瞭、温かい
歩き方は？	軽快、速い、活発、せわしない	等速、しっかりしている、自己一顯示的	ゆっくり、遅い、安定している
関節は？	ポキポキなる、硬い	やわらかい、ゆるい	強い、しまっている
歯は？	不ぞろい、もろく崩れやすい	黄色い	白い、丈夫
白眼の色は？	青色、茶色	黄色、赤色	白色
目は？	小さい	鋭い目つき	大きく、潤んだ目つき
肌は？	乾きやすい、荒れやすい	やわらかく、少し脂っぽい	なめらかで、湿っている
体温は？	手足、足先がとても冷える	いつもポカポカ温かい	体全体が冷たい
髪は？	乾燥しやすい	細い、薄い、はげやすい	濃い、量が多い
合計	ヴァータ 個	ピッタ 個	カパ 個

体質チェックの診断結果

あなたの体質はどのタイプ？

☆ヴァータの合計数が一番多い人→ヴァータ

☆ピッタの合計数が一番多い人→ピッタ

☆カパの合計数が一番多い人→カパ

☆ヴァータ、ピッタ、カパのどれ2つが同じ数の人
→その2つの性質を併せ持つ

ヴァータ、ピッタ、カパの3つが同じ数の人→その
3つの性質を併せ持つ

ヴァータ体質

風のように軽やかだけど、落ち着きがない

行動・精神：行動は軽快で自由に動き回りを好み、1ヶ所に落ち着くことをきらいます。好奇心旺盛で積極的に活動し、率先して行動します。明るく快活で周囲を楽しませる活発さも持っていますが、気分が変わりやすく飽きっぽく長続きしません。

からだ：きゃしゃでほっそり痩せ型です。食欲にムラがあり、寒がりやで冷え性になりがちです。肌はとても影響を受けやすく、肌荒れのトラブルが絶えません。消化力が弱いため、胃腸などの消化器系に症状がやすいタイプです。

食事の好み：甘くてしっとりしたもの、温かいものを好みます。

ピッタ体質

炎のように精力的だけど、短気で怒りっぽい

行動・精神：行動や思考はとても切れ味がよく、ムダがありません。理解力、分析力はよいのですが、短気で怒りっぽいところがあります。精神的、チャレンジ精神も旺盛で、困難なことでも自分が達成するための喜びに変えることができます。正義感が強く、リーダー的才能があります。

からだ：中肉中背でスタイルはよい方です。体力はありますが、暑さに弱く汗かきなので、体臭がきつくなったり傷が化膿しやすくなったりします。快食快便ですが、消火力が高いため、食べすぎて逆に消化管のトラブルが起きやすいタイプです。

食事の好み：甘いもの、または苦いもの、冷たいものを好みます。

カパ体質

動作も性格も、ゆったり流れる水のように

行動・精神：すべてに対して安定しています。物事に動じることなく、つねに落ち着いた心で対処できます。始めたことは途中で投げ出すことなく、辛抱強くゆっくり着実にやり遂げます。平和的で、穏やかさと寛大さと豊かな愛情で人を包み、やさしさと癒しを与えてくれますが、怒ると怖いタイプです。

からだ：体格はよく、ぽっちゃり型です。寝すぎる傾向があり、太りやすくむくみやすい体質です。のどや鼻が弱く、咳き、痰などがやすいです。消化力がゆっくりなので、お腹がすいていなくても食べてしまう傾向があります。

食事の好み：辛いものや苦いもの、乾いたものや温かいものを好みます。



☆体質チェックⅡ☆

体質の乱れチェック

朝、目覚めたとき	・ 疲労感が取れない	・ 空腹感が強い	・ からだが重く、眠い
	・ 舌苔または排泄が褐色	・ 舌苔または排泄が黄色	・ 舌苔または排泄が白色
	・ 口の中が渋い	・ 口の中が苦い	・ 口の中が粘つく
日中	・ 慢性の疲労感がある	・ イライラしがち	・ 眠気が取れない
	・ 不安や心配事が多い	・ 批判的、攻撃的	・ 考えや行動が鈍い
	・ 考え事が多い	・ 不満足感、虚無感がある	・ 内向的
	・ 心が落ち着かない	・ 多汗、体臭がきつい	・ 心が暗く、重い
	・ 食欲が不安定	・ 勢いのある食欲	・ お腹があまり空かない
	・ 甘いものが急にほしくなる	・ 酸っぱいものが嫌い	・ 昼食後に眠くなる
	・ 活動が発作的	・ 常に時間が気になる	・ こだわりが強く続く
夜	・ つい夜更かしをする	・ 夜間、空腹感が強い	・ 怠惰な感じ
	・ 寝つきが悪い	・ 刺激的な快楽がほしい	・ 過眠の傾向
具体的な症状や病気	・ 心が緊張しやすい	・ ほてることがある	・ 頭が重い、鈍く痛む
	・ 首や肩がこっている	・ 目が充血しやすい	・ 花粉症、目がかゆい
	・ 便が硬くて、でづらい	・ 便がやわらかい	・ 便が重くて、でづらい
	・ 乾燥肌	・ からだがかゆくなりやすい	・ 肌が冷たく、湿っている
	・ のどがかすれやすい	・ 酸っぱい胃液が上がる	・ 腰が重い、だるい、鈍痛
	・ 関節がポキポキなる	・ 頭髪が薄くなってきた	
合計	ヴァータ 個	ピッタ 個	カパ 個

体質の乱れチェックの診断結果

【ヴァータの乱れが一番多い人】

ヴァータが過剰になっている影響で、心とからだに落ち着きがなく不安定な状態。体力が少し落ちているかもしれません。

ヴァータが乱れると、気分が変動しやすく感情の起伏が激しくなったり、考え事が多くなり、不安や心配事がつのってきます。また、冷えや乾燥が強まり、肌はキメが荒く、髪やつめもざらつき気味です。肩こり、腰痛、頭痛、生理痛などからだの痛みが起きてきます。不眠にもなりがちです。

【ヴァータをととのえるには】

休息をたっぷりとり、緊張を伴う仕事などは控えるようにしましょう。

からだを冷やさないように、オイルマッサージをゆっくりおこなうとよいでしょう。

【ピッタの乱れが一番多い人】

ピッタが過剰になっている影響で、熱さと鋭さが心とからだに過剰になり、イライラして怒りっぽくなったり、完璧主義に走る傾向に悩まされているかもしれません。

ピッタが乱れると、不満足感や虚無感が生じたり、批判的、攻撃的になっていき、刺激的な快楽をむさぼるようになることがあります。また異常な汗かきになり、下痢や消化不良、炎症性の症状があらわれることもあります。

【ピッタをととのえるには】

スパイシーフードや油っこい食べ物をひかえ、腹八分目に摂るように心がけましょう。

食事や生活習慣を改善するときあまり一生懸命やりすぎないこと。大切なのは、よい意味

「いい加減」であること。無理をしたり、興奮するような活動は控えましょう。

【カパの乱れが一番多い人】

カパが過剰になっている影響で、心とからだに重さや停滞の質が増して、さまざまな機能が鈍くなり、悲しいと感じているかもしれません。カパが乱れると、重く暗い憂うつな気分になり、思考や行動が鈍くなっていきます。自信がなくなって内向的になったり、物事にこだわるが多くなり、執念深くなる傾向もでてきます。また、冷えや眠気が取れず、体重が増えたり、アレルギー性鼻炎や鼻水、鼻づまりに悩まされることもあります。

【カパをととのえるには】

カパの悪化は、運動でととのえるのが基本です。油の少ない軽い食事を摂るようにし、毎日規則的に、軽く汗をかく程度の運動をしましょう。オイルマッサージも効果的です。





ラサヤナ (Rasayan) はサンスクリット語で、文字通り「ラサrasa」「本質、エッセンス、抽出物」の「アヤnaayana」「道、経路、体に吸収されたものが

運搬される方法」もしくは不老長寿の薬を意味します。サンスクリット語のラサヤナまたはラサヤナの学問の教えでは、化学と錬金術について記述されています。古代の原本ではしばしば水銀の使用が中心となっており、それは西洋錬金術の原本と同じです。水銀は錬金術の7つの要素の一つで、多くの場合、流動性、変換と知性を示します。したがって、水銀はラサヤナには必須でした。しかしながら間違いは、天然の金属そのものの摂取が、肉体的な不老不死を生成するのに必要であると信じられきたことです。これは正しくありません。唯一錬金術を極めた者は、実際の金属をほんの一部だけを、マントラと共に処方に使用したかもしれません—そのときの一度だけです。今日の大量生産された食品や健康補助食品に使用される危険な重金属は、現代的な解釈を古代の知識と正しく区別する必要があります。医療用チンキ剤について、アーユルヴェーダのラサヤナの古代科学に多くの言及があります。

アーユルヴェーダには8つの枝である分野があります。ラサヤナ (若返り療法) はそのうちの一つです。ラサには“味”、“エッセンス”、“風味”、“抽出物”、または“感情”の異なる意味がありますが、これらの意味に限られることはありません。治療の過程でのラサは、維持、変換、活力の回復に関する意味で使われます。ラサは、体を養い、免疫力を向上させ、身体と精神を最高の健康に維持するのに役立ちます。ラサヤナは、身体と精神が健康に若さを保てるようにし、幸福感を広げる薬草製剤について記述します。ラサヤナの薬草は、非毒性および安全で日常的に使用できます。ラサヤナは強壮剤として小さな子供も摂取でき、また、中年から高齢者にも長寿を目的として摂取されています。ラサヤナの治療では、長寿、記憶力、知性、健康、若々しさ、美しい肌艶、顔の艶と声の改善、体格と感覚器官の最適な発達、音声の熟達、見た目の立派さと華麗さを得るのに役立つ栄養素でラサを高めます。

ラサヤナの薬草及び調合剤は、しばしば、アダプトゲン、アムホテリシン、代替療法、強壮剤の種類と混乱されますが、同じではありません。ラサヤナは体に一般的な方法で影響、すなわち、肺よりも免疫系に影響します。通常の用量を飲めば無毒性であり両性で、体に負担となることはありません。

せん。強壮剤は、体が健康になるように働きかけますが、体の負担にもなる可能性があります。代替療法は生理機能の正常化に役立ちますが、排泄機能を介してゆっくりと行われるので、一つまたは複数の器官に集中する傾向があり、これも非常に違います。両性の薬草は、体が生理的均衡を得るために体を形成し、排除するので、恒常性の均衡に役立ちます。すべてのラサヤナは両性ですが、両性の薬草の中には一つの臓器のみに特異的に効くものもあり、それはラサヤナではありません。ラサヤナとアダプトゲンは無毒で両性ですが、アダプトゲンは、HPA系と神経内分泌系を刺激することによって、身体全体に広く作用する傾向があります。ラサヤナの中には、HPA系を刺激せず、消化器や免疫系などの身体的主要な臓器の中でも若干更に狭い範囲に集中するかもしれません。しかし、この区分は重複する傾向があり、多くの薬草は両方の区分に当てはまります。

「ラサーヤナの種類」

カーミヤ・ラサーヤナは、健康を促進します。体力や免疫力、健康面全般を強化します。プラーナカーミヤー生命力を高め、長寿へと導きます。メーダカーミヤー知性を高めます。スリカーミヤー血色をよくします。ナイミッティカ・ラサーヤナは、特定の疾患治療に効果を発揮します。

様々なハーブを使用するこれらのハーブ処方薬は、それぞれの効用を最大限に発揮するために、「ギー」やハチミツを使って保存され、処方されます。チャワンプラッシュは伝統的なラサーヤナの1つです。ラサーヤナにはアムラやシラジット、アシュワガンダ、ホーリーバジル、グドゥーチ、シャタバリなどといった特殊なハーブを使用します。ラサーヤナ用のハーブやその調合薬は、身体に全体的に働きかけます。中には免疫機能を改善するものも、また肺などの特定の器官に効果があるものもあります。ラサーヤナは、体内に蓄積したり、体内で身体の機能を必要以上に改善するものではありません。これらのハーブ処方薬は、体のバランスを整え、1箇所もしくは数箇所の器官に特定される排出機能を通じて、緩やかに身体機能のバランスがとれるよう調合されています。

伝統的なラサーヤナ処方薬の多くには、ミネラルやパール、サンゴや宝石、そして特殊製法 (サムスカーラ) 水銀など、非常に多種類の成分が含まれています。

サムスカーラとはアーユルヴェーダ医療において重金属や毒性のあるハーブの解毒を行うプロセスのことです。このマイナスイメージとコスト面から、典型的なラサーヤナの処方薬の使用は大幅に制限され、その結果現在入手できるほとんどの調合薬は、わずかなミネラルと動物性成分しか含まれていません。ムスクや琥珀、野生動物の体の一部などの原料は希少で、しかも野生動物保護法によって入手はほとんど不可能なものです。よく知られているラサーヤナには、チャワンプラッシュ、トリファラ、シラジット、アシュワガンダ、アマラキ、トリカツなどがあります。

「歴史」インドで最も古い書Vedas には、古代中国より見つかった論証と同じように、金と長寿に対する繋がりについての大きな参照である錬金術についてが触れられています。どこの錬金術にも不可欠であった水銀が最初に記されているのは紀元前4世紀から3世紀のArthashastraで、中国と西洋で発見されたのと同時期です。卑金属を金に変えるという構想は紀元後2世紀から5世紀、西洋と同じ時期に仏教書にも証されています。紀元前325年、アレキサンダー大王がインドを侵攻して以来、ギリシャ国家ガンダーラを長く支配したことから、ギリシャよりその考え方がインドに伝わったという可能性もありますが、その逆も可能です。

11世紀には、ペルシャ人科学者そして医者であったAbu Rayhan Biruni が、“我々には馴染みのなかった錬金術に似た科学があり、それはサンスクリット語でRasayan、ペルシャ語でRasavatamと呼ばれている。その語源は、Rasaすなわち”人生の蜜”と呼ばれた水銀を取得又は操作する芸術に由来する。その芸術は、特定の操作、金属、薬物、化合物、医薬品に限られ、それらの多くの中核要素として水銀が使用されている。それらの原理は、望みのない病人に健康を回復し、老いに若きを与えている。”と発表しました。確かなことは、インドの錬金術は他のあらゆるインドの科学と同様に、Mokshaつまり完璧さ、不死老、解放を探し求めることに重点を置いているということです。死から不死身という人体の変移に重点を置いているのです。有益な実験結果のおかげで、これら太古の話は現在も引き継がれています。



ゴパーラアーユルヴェーダは、純粋なオーガニックアーユルヴェーダサプリメント、薬用ハーブとオイルを最初に伝承した先駆者です。弊社は、生産過程や使用地や化学薬品により触れられていない薬や健康食品のプロモーターです。発端となって以来、弊社は、より豊かで健康的な生活に人々を導く助けとなる安全、自然、革新的な治療を発達させることに重点を置いてきました。

ゴパーラアーユルヴェーダは、化学薬品、殺虫剤、農薬、人工添加物、保存料、重金属を一切使用しないオーガニックというだけでなく、ひとつひとつの製造過程と同様処方で使用されているハーブに関して、安全性に“起因”している100%オーガニック認定されています。調合の中にある基本になる原材料として使用されているココナッツオイルと粗糖と牛酪油でさえ、100%オーガニック認定のものです。同様の手法を持つ会社はインドには存在しません。近年、古代の処方のため、土地所有権を維持する主要な工場が色々な方法で煎出され、強い保存料も含まれています！ゴパーラ アーユルヴェーダには、保存のために自由に実験などはせず、オリジナルの処方がとても本物です。

ゴパーラ アーユルヴェーダは、アジア全土で初のオーガニック食品の認定を受けました。弊社は、全く外部委託なしでオーガニック認定を受けた1500エーカーの土地から収穫された生の原料を弊社内で使用しています。弊社の品質基準は、世界中で高く評価されている会社に認められ、理解されています。また、十分に薬用価値維持を確保するために、独自のオーガニックコンセプトで梱包が行われています。



100% Certified Organic Rasayana

Chyawanprash

(For Rejuvenation)

A delicious traditional food supplement created thousands of years ago by the ancient sage chyawana. Literally translated as "Chyawana's Jam". This rich paste contains some of the most nourishing herbs including Amla fruit. Chyawanprash purifies and develops all seven tissues of the body (dhatus) Rich in natural vitamins and minerals, it strengthens and balances the body systems.

GR-1010	100g	¥800
GR-1011	250g	¥1,700
GR-1012	500g	¥3,500



Shatavari Rasayana

(For Woman's Harmony)

A unique blend of herbs that optimizes health and vitality for women of all ages.. Shatavari is the foremost Rasayana tonic for women, having a nourishing and rejuvenating effect on the female hormonal and reproductive system. It is extremely helpful in alleviating menstrual irregularities, pain and hormonal imbalance whilst boosting digestion, immunity and resilience to stress.

GR-1007	100g	¥1,100
GR-1008	250g	¥2,200
GR-1009	500g	¥3,800



Ashwagandha Rasayana

(For Endurance & Stamina)

This Ayurvedic preparation brings out Ashwagandha's considerable nervine properties. It rejuvenates the entire nervous system and provides powerful nutritional support to body and mind. It helps fight stress and has calming effects on the brain. Ashwagandha Rasayana nourishes all body tissues, promotes longevity and immunity.

GR-1004	100g	¥800
GR-1005	250g	¥1,700
GR-1006	500g	¥3,300



Amalaki Rasayana

(Nutritive Jam for Vitality)

An Amla concentrate formulation that promotes general well-being and has powerful anti-aging properties. As a rejuvenative herb, Amla nourishes all body tissues and accelerates the cell regeneration process. It also cleanses the 'rasa dhatu' (plasma) and 'rakta dhatu' (blood). Amla is the most potent source of vitamin C known to humanity. As a powerful antioxidant, it helps scavenge free radicals and is revered as a wonder fruit with a whole range of curative powers. Amla helps build the finest essence of the digestive process (Ojas) that sustains the physical, mental, emotional, sensual and spiritual well-being.

GR-1001	100g	¥800
GR-1002	250g	¥1,700
GR-1003	500g	¥2,900



チュルナー粉末

チュルナー粉末

植物の全体または部分的な粉末が一般的に使用されます。植物の原料をまず太陽の下で乾燥し、乾燥した物質を乳棒でたたき麻で濾過して作ります。今日は、薬草擦り器と裏ごしで機械的に粉砕することができます。

多くの粉末剤は、単一のハーブパウダー（Ekari churna、エカリチュルナ）または、より多くのハーブ（Mishra churna、ミシュラチュルナ）を組み合わせたものです。粉末剤は、調合が簡単なのでよく使用されていますが、欠点はその効果の強さが急速に失われ、6ヶ月以内に使用しなければならないことです。

粉末は単独にではなく、蜂蜜、ギーや水のような媒体またはアヌパナ（食事とは逆の性質を持つ食後の飲み物）などと共に摂

取します。ジャガリー（椰子糖）を粉末剤と混ぜる場合には、粉末剤と砂糖の2倍の量と同量であるべきです。蜂蜜、ギーや油を、水やミルクなどと摂取する場合は、粉末剤の2倍の4倍の量であるべきです。

アチャリヤ ヴァーグバタ（Acharya Vagbhat）氏は一つの疾患に対して一つの薬草の粉末剤を摂取することを強く推奨しています。彼は、40ある疾患のうち、30以上の疾患に対し単一のハーブ療法を提唱してきました。粉末の平均投与量は1日に約10〜12グラムです。薬草を組み合わせは、薬効範囲の作用を広げ、多くの場合、異なる薬草は、その相乗効果を意図して混合されます。

100% Certified Organic



Ashwagandha (Withania Somnifera, Winter Cherry) Ashwagandha この植物はインドで「アシュワガンダ」（Ashwagandha）と呼ばれている。インドでは、この「アシュワガンダ」が古くから

「若返りの妙薬」として用いられてきた。インドで3千年もの長い間受け継がれてきた伝統的アユルベータ療法において、「アシュワガンダ」は、ラサーヤナ（不老長寿の薬）として用いられてきた。若さを保ち、長寿をもたらすだけでなく、記憶力や思考能力、身体的持久力や免疫能を高める効果があるとされている。更にストレスや不眠症にも有効で、スタミナとバイタリティーを増強する効能があると言われている。最近の研究では、うつ状態の患者の精神的な機能を促進し、老化やストレスを抑え、ガンを予防する作用が明らかにされている。また、病気の回復を早め、死亡率を下げるということも認められている。

「アシュワガンダ」は、また、アユルベータ療法において、ヴァーギー・カラナ（強精薬、催淫薬）としても用いられてきた。精機能を高める効果があると言われており、インポテンツの治療などに使われる。インドでは、この「アシュワガンダ」の根が、上記のように強壮・強精薬として、あたかも「チョウセンニンジン（朝鮮人参）」「Panax ginseng」（英名；Ginseng）のように用いられることに因んで「インドニン

ジン（インド人参）」「Indian ginseng」とも呼ばれている。

Ashwagandha Churna 100/250g
(KAP100-250)



Ashwagandha Vegetarian Capsules
90 Capsules (KAVC90)



GAP100	100g	¥1,200
GAP250	250g	¥2,500
GAVC90	90 Capsules	¥1,900



100% Certified Organic Churna—Powder



Turmeric, (Haridra, *Curcuma longa*)

An excellent natural antibiotic and antibacterial. Turmeric strengthens digestion and purifies the blood. It also warms and stimulates formation of new blood tissue, aiding in the stretching of ligaments and thus good for hatha yoga practitioners. Turmeric promotes proper metabolism in the body correcting both deficiencies and excesses. It aids in the digestion of proteins. The haridra churna with hot milk and sugar is given with honey in cough, colds, asthma, hoarseness of voice and heaviness of head.

GHP-100	100g	¥1,200
GHP-250	250g	¥2,500
GHVC-90	90 Capsules	¥1,900

Neem (Nimba, *Azadirachta indica*)

One of the most potent blood purifiers and detoxifiers. It prevents the diseases of kapha dosha. Gargling with neem controls dental infections. Internally it is extremely versatile, treating disorders such as hyperacidity, allergic skin rashes, bleeding disorders, intestinal worm. It is one of the most potent antiseptic agents. Neem is also used as an adjunct in diabetes mellitus. It cools fever and clears the toxins involved in most inflammatory skin diseases.

GNP-100	100g	¥1,200
GNP-250	250g	¥2,500
GNVC-90	90 Capsules	¥1,900

Holy Basil (Tulasi, *Ocimum sanctum*)

Next to the lotus, Tulasi is perhaps the most sacred plant in India. Its quality is pure Sattva. Tulasi opens the heart and mind, bestowing the energy of love and devotion. Containing natural mercury, the seed of Shiva, it bestows the power of pure awareness. Holy basil is an effective diaphoretic and febrifuge in most colds, flu and lung problems. It removes excess kapha from lung and nasal passages, increasing prana and promoting mental acuity. It removes high vata from the colon, improves absorption and strengthens the nerve tissue increasing memory. Basil may be taken as a beverage with honey for promoting memory.

GTP-100	100g	¥1,200
GTP-250	250g	¥2,500
GTVC-90	90 Capsules	¥1,900

Wild Asparagus (Shatavari, *Asparagus racemosus*)

Highly praised as a 'Universal Rasayana' by ancient Ayurvedic scriptures. As it imparts the attributes of youth and beauty in females, it is named Shatavari—meaning, one who has the capacity to possess a hundred husbands.. Shatavari is a tonic, promoting longevity. It is rejuvenative, especially to plasma and muscle tissue. It is aphrodisiac and helps in menstrual ailments due to uterine hypoplasia. Shatavari is highly recommended as a galactagogue to improve the quality of breast milk in nursing mothers. It should be given with milk and sugar.

GR-1001	100g	¥1,200
GR-1002	250g	¥2,500
GR-1003	90 Capsules	¥1,900





100% Certified Organic Churna—Powder



Triphala トリファラとは、3つの果実(ハリタキ、ビビタキ、アマラキ)を混ぜ合わせたアーユルヴェーダでは定番のハーブです。

アーユルヴェーダでは通じ薬として、そして結腸の組織を回復させるために何千年もの間使われてきました。



ハリタキは腸を刺激し、ビビタキは結腸から毒素をきれいにし、アマラキは結腸の水分のバランスを保ち、強壮剤として働く伝統的に知られています。

トリファラは腸を整えて、便秘を解消するデトックス・ハーブです。トリファラは、消化器と身体の代謝全体により効果をもつとして、アダプトゲン(万能薬適応促進因子)の大きな因子となっています。腸の働きを整え、解毒・便秘解消などをサポートするサプリメントです。3つの果実を配合し、ハリタキはおだやかな作用で腸を刺激し便秘などの解消に、ビビタキは結腸の解毒に、アマラキは強力な抗酸化剤であり、結腸の水分のバランスを保つように働きます。

トリファラは消化、吸収、除去をバランスよくサポートするデトックス用ハーブです。下剤や利尿剤などにみられる身体のバランスを崩すようなマイナス因子はありません。100%安全でボディ組織の再編成を更生し最大限にサポートします。デトックス(体内浄化)として、現代社会に生きる人間は、否が応でも生活を通して有害物質である「毒素」摂取して生活しています。「毒素」の中にも排泄される物質もあれば、そのまま体内に残留してしまう物質があり、ホルモンのバランスやDNAの構造までも影響のあるものもあり、あらゆる疾病の原因になります。毒素を単に取り除く体内浄化(クレンジング)のみならず、(最高の健康)を手に入れるために開発されたサプリメントです。最高の働きが出来るように配合されているされています。「体に害のある毒素を取り除き、体に必要な栄養素をしっかり吸収」することができる有害

物質にさらされている現代人必須のサプリメントです。

Sanskrit—Haritaki, Bibhitaki, Amalaki

Latin—*Terminalia chebula*, *Terminalia belerica*, *Phyllanthus emblica*

English—Chebulic myrobalan, Beleric myrobalan, Emblic myrobalan

Dosage—500mg-1g daily, at night, with honey (Rasayana) OR 1-3g at bedtime with warm water (as laxative)

Triphala Churna 100/250g (KTRP100-250)

Triphala Vegetarian Capsules 90 Capsules (KTRVC90)

GTRPP100	100g	¥1,200
GTRPP250	250g	¥2,500
GTRPVC90	90 Caps	¥1,900

ゴパラーからも販売中です-100% オーガニック認証

Churna-Powders 100g/250g					Vegetarian Capsules (90 Caps)		
Amalaki	GAMP100	¥1,200	GAMP250	¥2,500	Amalaki	GAMVC90	¥1,900
Arjuna	GARP100	¥1,200	GARP250	¥2,500	Arjuna	GARVC90	¥1,900
Bhringaraja	GBHRP100	¥1,200	GBHRP250	¥2,500	Bhringaraja	GBHRVC90	¥1,900
Bhumiamalaki	GBHUP100	¥1,200	GBHUP250	¥2,500	Bhumiamalaki	GBHUVVC90	¥1,900
Brahmi	GBRP100	¥1,200	GBRP250	¥2,500	Brahmi	GBRVC90	¥1,900
Ginger	GGP100	¥1,200	GGP250	¥2,500	Ginger	GGIVC90	¥1,900
Kapha Churna	GKCP100	¥1,200	GKCP250	¥2,500	Gokshura	GGOVC90	¥1,900
Karela	GKARP100	¥1,200	GKARP250	¥2,500	Guduchi	GGUVC90	¥1,900
Pitta Churna	GPCP100	¥1,200	GPCP250	¥2,500	Kapikacchu	GKAPVC90	¥1,900
Trikatu	GTRKP100	¥1,200	GTRKP250	¥2,500	Manjista	GMVC90	¥1,900
Vata Churna	GVCP100	¥1,200	GVCP250	¥2,500	Punarnava	GPVC90	¥1,900
					Trikatu	GTVC90	¥1,900
					Vasaka	GVVC90	¥1,900
					Yashtimadhu	GYVC90	¥1,900



Contact info@umamaya.com



アーユルヴェーダの薬理学

アーユルヴェーダ物質のエネルギー論

植物の魔法的精神的な性質

地球のエネルギーに深く定着した植物は全時間の記憶を保持します。アーユルヴェーダの植物の医学的に結集した知識は古代の賢人から代々と伝わった知識よりえり分けられました。無限数の植物とハーブが、古代人により積極的に評価されました。これらの古代人は、薬理効果を定義し、ドライハーブ、パウダー、チンク、油などにしました。

全ての植物の宇宙の記憶を象が持っていて、一番壮大な象はガジャだと考えられています。象は生き続けている種類でありながら、植物知識を保持する私たちの記憶機能を保存する事により私たちを祝福し続けます。このいわゆる保存は、象の植物生体と葉の固有知識の浸透している振動が、他の全ての種の記憶機能に微細に送信される精力的なレベルで生じます。この送信は月が湖の表面に反射するような方法と同じように起こります。同様に、もし象が地球から絶滅すれば、人間は彼らのメモリーバンクの中の植物医学の知識を保持する事ができなくなるでしょう。

全ての種のそれぞれのメンバーは、ある一定の精神的特徴を持っていますが、植物も例外ではありません。ヒンズー神話は植物と動物の神聖で魔法的な起源するものでいっぱいです。いくつか例を挙げると、蓮植物は、混沌から華麗な栄光の中へ展開する宇宙の揺りかごと考えられ、アーユルヴェーダ医療の中で豊富に使用されています。蓮植物は原始の水域の宇宙の起源の宇宙の記憶で賦与されていると言われています。その花はヴィシヌ卿自身から芽を出したと言われています。蓮医学を吸収するという事は身体の全てのセルと組織を蓮自体の輝く性質に浴びせることです。

アシュワガンダ、(馬の力と匂いにちなんで命名された植物)は服用すると人体にその固有の活力と優力の性質を与えられていると言われています。その男らしさで知られているアシュワガンダは身体全てのセルの性能の記憶を刺激すると思われています。生姜は身体の組織に深く地球の火の力を運びます。これに加えて、生姜(万能薬とも呼ばれます)は全ての明示が生命に変化した時に体の宇宙の元の火の記憶を呼び起こすと思われています。同様に、黒コショウ(太陽にちなんで命名された)は、有機体を通して太陽の振動を与え、身体が光と熱と共鳴する事を可能にします。

インドの文化では、アーユルヴェーダ薬学は家庭で始まります。ずっと前から、家族は一般的に使われるハーブ、例えば、バジル、 ショウガ、 インドセンダン、ビョクダン、コリアンダー、ウコン及びレモングラスのようなもので煎薬液を準備しています。昔は、アーユルヴェーダ医師は個別的に患者のために煎じ薬を準備しました。当時は、新鮮に集められた薬草でその場で薬を作る事が可能でした。日ごとにそれは困難になり、これらの煎じ薬は、今日アーユルヴェーダの薬局で準備され保存され売られている、薬用リキュール酒、粉末薬、ガーリタ及びタイラによって取り替えられました。アーユルヴェーダ薬を準備する方法は非常に精巧です。アーユルヴェーダ医学を理解するためには、アーユルヴェーダの薬理学の原理を知る必要があります。

ーマヤ テワリ

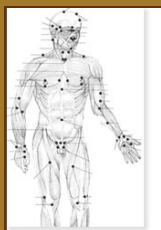


Ayurvedic Massage Therapy

Abhyanga

Abhyanga therapy is an ancient practice which predates the Vedic period. Early humans practiced life-sustaining ways of manipulating the body to produce strength mobility, flexibility and fluent memory—memory which interlaces with the cosmos.

Vitally linked with the profound harmony of the earth, the ancients knew every movement in the cosmos to be filled with universal abhyanga. The leaves and bark of the trees are continually massaged by the wind; the rocks and pebbles are rubbed by the streams and rivers; the animals, brushed by space, wind and the forest, are forever toned by abhyanga.



Ayurvedic massage is based on the knowledge of the *marma points*, the vital points of the body where structures pulsate and pain exists. Marmas, or anatomical reflex sites, are also called junctions of prana by Sushruta. The body consists of thousands of marma points, with 365 essential points, 43 of which are the ones most commonly treated. Marma points are also defined as the junction where flesh, veins, arteries, tendons, bones and joints meet. These points are connected like a rosary by a common thread or subtle channel, *nadi*. Marmas are vitalized by the pranic energy carried to them via these subtle channels. Most nadis exist deep within the tissues of the body. Occasionally traveling towards the body's surfaces.

In abhyanga therapy, a basic knowledge of marmas, nadis and the circulatory systems is important. Massage acts

directly on blood, nerves and lymph circulatory systems. By stimulating the lymph nodes, massage therapy, especially when performed with warm oil, serves to cleanse and revitalize.

There are three main types of massage techniques in abhyanga therapy: active, passive and persuasive. Generally, Vata and Pitta conditions are treated with a combination of active and passive massage, while Kapha conditions are treated with a combination of active and persuasive massage. Abhyanga is usually applied with warm substances, however occasionally a cooling substance



may be used for Pitta conditions. A panoply of massaging oils steeped with remedial herbs, aromatic oils, fragrant powders and grain flour mixtures is used to facilitate, not only smoothness or light friction, but complete health and total revitalization of the body.

Oils are used in Abhyanga and Snehana therapies to soothe and stabilize the body. They also act as a carrier for the nourishing herbs and substances added to the oils. Oils regulate the doshas and provide the body with heat. They tone the skin and bodily tissues. Oils usually alleviate Vata disorders, stabilize Pitta disorders and aggravate Kapha disorders.



A wide variety of Ayurvedic oils is used for massaging each part of the human body. Sesame oil is the dominant base for most rubbing oils due to its warm, nutritive and penetrating qualities. There are other base oils such as coconut as well. These base oils are never combined. Instead, oils are either added to herbs and other substances, or used singularly. Essential oils are added in minute quantity to primary rubbing oil for accent. When adding essential oil to a base oil, use ten drops of essential oil to one fluid ounce of base oil.

The blending of oils, herbs and aromas is a fine art intrinsic to Ayurvedic rejuvenative practices. For example, the fresh juices of herbal roots, such as ginger and garlic, or the fresh herbal juice extracted from mint and cilantro, may be combined with warm or cool oil.



Generally Ayurveda recommends warming the oils used for Abhyanga. In certain instances where Pitta conditions are being treated, the oils may be used at room temperature. Never use electrical stoves or electrical heating devices to warm massage oils. Electrical energy disrupts the energy quanta of the oils, which in turn send chaotic vibrations through the skin when the oil is applied. Gas stoves or other appliances which produce an open flame, are best for heating the oils and other substances used in Abhyanga.

In ancient times, various metal, glass, ceramic and earth-

enware were used as conductors of energy for massage oils. The materials used to make the containers influenced the energy of the various oils they contained. For instance, gold, bronze or brass containers were used to carry the oils for Vata and Kapha disorders, while silver, pewter or platinum containers were used to hold the oils for Pitta conditions. Generally, earthenware and ceramic containers were used to maintain warmth and impart humility to the oil, which in turn transferred that vibration to the patient to whom the oil was applied.

Glass containers of various colors were also used to contain the oil, since each color carries its own unique healing vibration. Moreover, the transparency of a glass container allowed the oil it contained to be influenced by the energies of the sun or moon, when the numinous vibrations of solar or lunar energies were necessary to healing.

Likewise, appropriate gems were placed in oils intended for massage, and special mantras were recited, in order to produce the desired results after the oils were administered.

You, too, may continue the use of these ancient and luminous procedures as you practice the timeless sadhanas of healing.



ゴパールアーユルヴェーダからの100% オーガニック認証マッサージオイル



セサミ オイル (ティラ タイラ) 150ml / 1リットル

インドでは古代からティラは、薬用ハーブの間で主要な位置を占めており、アーユルヴェーダの全ての古代の研究者らにより高く尊重され続けています。セサミオイルは、若さを保ち長寿をもたらすだけでなく、抵抗力を高め心身を鍛錬するとチャラカは言及しています。スシュルタは、皮膚用強壮剤そして記憶力を高め飽満感を与えてくれるセサミオイルを好んでいました。

GSO150	¥1,400
GSO1	¥5,700



ココナッツ オイル (ナリケラ タイラ) 150ml / 1リットル

ココナッツオイルは、極めて冷却効果が高く、髪の毛の成長を促すハーブとして特別な精力増進効果があります。それはヴァータとピッタ・ドーシャを緩和します。特に、これはピッタ・ドーシャを緩和するために選ばれたハーブです。ナリケラタイラは、髪の毛の成長を促進し、光沢のある髪にします。また、皮膚病に効果があり、傷の治癒作用もあります。ナリケラタイラでの身体全体のマッサージは、肌質を改善し、健康的で柔らかい肌へと導きます。

GCO150	¥1,400
GCO1	¥5,700

ゴパーラアーユルヴェーダからの100% オーガニック認証マッサージオイル

アシュワガンダ オイル (アシュワガンダ タイラ) 150ミリリットル

アシュワガンダオイルは、 発育不全または使い過ぎによる疲労が生じた時に筋肉を強化するために使用します。このオイルは、セサミオイルと白いサンダルウッド（白檀）、アシュワガンダと混合されています。

セサミオイルは、中枢神経を鎮めることで知られているカルシウムやマグネシウムを含む高いレベルのミネラルを含有しています。アシュワガンダは、神経薬と若返り効果があるとされ、ヴァータとピッタのタイプによって主に使用されています。

GAO150

¥1,700



クムクマディ オイル (クムクマディ タイラ) 150ミリリットル

純粋なサフロンを含んだオイルとハーブのこのユニークなブレンドは、しみのない健康的で若々しく見えるお肌を助ける処方になっており、ニキビや吹き出物やひび割れを取り除きます。このとても濃厚なオイルは、お肌の質感を改善し、小じわを整える助けをするケアで欠かせないビューティートリートメントです。

GKO150

¥3,100



マハナラヤンオイル (マハナラヤン タイラ) 150ミリリットル

関節と筋肉の痛みを和らげるために用いられています。この処方では、栄養豊富なハーブが炎症を抑える助け、循環を改善します。牛乳とセサミオイルをベースに50種類以上の最上級のハーブが深く染み込まれています。原材料は、セサミオイル、牛乳、アシュワガンダ、サンダルウッド、アスバガス、カルダモン、ビルヴァ、ニンビ、パタラ、カンタカリ、シャラパルニを含んでいます。

GMO150

¥2,500



シロダーラオイル (シロダーラ タイラ) 150ミリリットル

シロダーラは、ストレスと不安を解きほぐすと同時に、リラクゼーションと心身の健康状態を増進するため温かいオイルを額にゆっくりと垂らし続けるアーユルヴェーダのパンチャカルマ療法です。シロダーラは、サンクリット語で“頭（シロ）と流れ（ダーラ）”という意味です。この100%オーガニック認定された原材料のトリドーシックブレンドは、セサミオイルをベースに、ブラーミ、アシュワガンダ、シャタバリ、バラ、プリンガラジ、クシーラを含んでいます。

GMO150

¥1,600



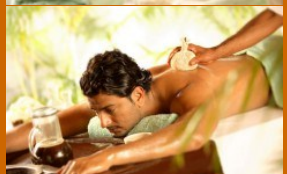
ゴパーラアーユルヴェーダからの100% オーガニック認証マッサージオイル

Bhringadamalaki Oil	150ml	GBMO150	¥1,700
Bhringaraj Oil	150ml	GBJO150	¥1,500
Brahmi Oil	150ml	GBRO150	¥1,700
Doorvadi Coconut Oil	150ml	GDCO150	¥1,700
Kapha Oil	150ml	GKO150	¥1,600
Ksheerabala Oil	150ml	GKSHO150	¥2,300
Nilibhringadi Oil	150ml	GNO150	¥1,500
Pitta Oil	150ml	GPO150	¥1,600
Vata Oil	150ml	GVO150	¥1,600
Yashtimadhuka Oil	150ml	GYO150	¥1,700



Established in 1908, Krishnendu has been rich in possessing wisdom of four generations with the grace of Ayurveda to cure and refresh. Nestled at picturesque and refreshing ambience, Krishnendu brings an exclusive programme for a host of diseases including Arthritis and Spinal disorders to restore optimal health and well-being.

In the endeavor to provide a complete solution to a healthy life by curing ailments and ensuring well being, we follow various combinations of ayurvedic therapies for an average period of 7 to 28 days. The ideal program for a patient is arrived at after an in-depth study of the patient's physical health and medical history.



Samridhi- Holistic Health-

Nirvana- Whole body Rejuvenation

Aishwarya- Weight reduction

Swanthanam- Pain relief therapy for Muscles, Joints

Mukthi—Detoxification

Sampoorna- stroke and accident rehabilitation program

Panchakarma

Swedanam-medicated steam bath

Abhyangam

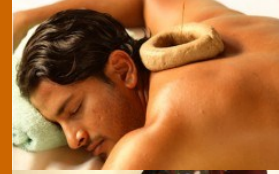
Snehadhara

Shirodhara

Njavara Kizhi

Recipient of 2009
Global Malayalee Council
Best Ayurveda Hospital
Global Excellence Award

All treatment programs are conducted upon thorough consultation and examination by our doctors. For more information on how Krishnendu can serve you, please send your inquiries to info@ayurvedajapan.com



Services~

At Krishnendu, we offer both inpatient and outpatient services. Both departments are equipped with modern facilities. Different treatment modules are developed and designed on an individualized basis by our physicians.

Our in-patient accommodations are either single or twin bedrooms. Most of the Suites are equipped with telephone, Cable television, A/C, refrigerator and a private veranda. All rooms are very clean and have private bathroom facilities. We have separate treatment rooms with utmost privacy for male and female, so that you can relax your mind and body at Krishnendu, where the time-tested method of healing puts you in the right mood. We also have round the clock security, mini library, treated water, yoga, beauty salon, physio-therapy department, indoor activity room, walking trail, herbal garden, an internet café, restaurant, courier service, car rentals, foreign exchange and airport transfer and pick-up.



Uma Maheshwar
Yoga & Ayurveda
Ayurveda Japan
Phone/Fax: 090-6162-1468
Email (PayPal): order@umamaya.com
URL: www.umamaya.com

国際注文	☐
注文番号	(弊社記入欄)
注文日:	
国内注文	☐
注文番号	(弊社記入欄)
注文日:	

請求先:	配送先:	(会員番号)
会社名	氏名	
氏名	住所	〒
住所	〒	
	電話番号	
	Email	

支払方法	銀行振り込み ☐ PayPal-クレジット ☐ 代引き ☐	配送方法	国際EMS ☐ 郵便 ☐ 宅急便 ☐
------	--	------	---

- ◇ 国際注文は、お支払いのご確認を取り次第。。。。。
- ◇ PayPalとクレジットでのお支払いの場合は、メールにて請求書を送らせていただきます。
- ◇ 国内注文の場合は、すべてのお支払い方法がお使いになれます。
- ◇ 銀行振り込み先: 三井住友銀行 茅ヶ崎支店 普通 口座 0166554
- ◇ 国際注文は、海外よりEMSで直接お客様のご自宅への配送となります。
- ◇ 代引きは、国内注文のみとなります。
- ◇ 5,000円以上お買い上げの場合は、送料無料です。5,000円以下の場合は、一律送料1500円となります。



商品名・商品コード	単価	個数	合計
☐ アーユルヴェーダジャパン会員申し込み希望 会員に加入することで、毎回送料無料・ニューズレター・カタログ・割引等のサービスを受けることに同意いたします。会員費 ￥3000(一回のみ)NEWにチェックを記入し、割引コードがある場合は記入して下さい。			小計 割引コード 送料 合計
			New ☐

Notes:

アーユルヴェーダジャパンを通じて行われる全ての国際注文は、日本の個人輸入法に基づき、一回につき20kg以下を制限としています。国際注文でお買い上げになられた商品は、全てお客様と海外のディストリビューターとの取引となります。国際注文では、返品、返金は一切できませんが、全てのディストリビューターは、商品の紛失・破損・誤りに関して保障しております。

アーユルヴェーダジャパンは、商品の紛失・破損・誤りに関して一切の責任は取りません。しかし問題発生時において、お客様と海外のディストリビューターとの仲介に入り、問題解決に務めます。商品に記載されている事柄は、厚生労働省の認可を受けているものではありません。全ての商品は病気の予防、治療、診断、完治することを意図するものではありません。アーユルヴェーダジャパンと商品に記載されている情報は、医療機関、メーカー、メディカルジャーナル等より情報をえております。あくまでもお客様の参考のためであり、医師に代わるものではありません。

アーユルヴェーダジャパンはお客様から頂いた個人情報を、ご自身の意思で提供すると同意したものとし、ご要望に応じたサービスを提供する目的のみ使用し、第三者



ダーバー・インディア・リミテッド社（以下、ダーバー社）は、ヘアケア、オーラルケア、ヘルスケアそしてスキンケア製品を販売するインドの大手消費財会社です。アーユルヴェーダ（体質に基づき全人的な治療を行う古代インド伝承医）の医薬品会社として1884年にカルカッタで始まりました。ダーバー社はインドでも有数の消費財メーカーになるために、今日まで長い道のりを歩んできました。過去125年間、弊社は、健康的で癒しをもたらすライフスタイルのために自然素材をベースにした製品を提供することに専念してきました。弊社の製品は、年齢、性別並びにその他一切の違いを超えて、すべての消費者に受け入れられています。この事は、弊社と消費者との長く厚い信頼を築いてきました。そして、それは消費者にダーバー社のブランドの信頼性を保証しています。

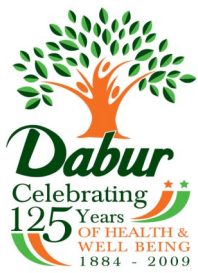


125年以上にわたり蓄積したアーユルヴェーダの伝統知識をベースに、最新の科学的医学的技術知識をブレンドすることで製品の製造を行っています。今日、アーユルヴェーダ医薬品とアーユルヴェーダ店頭医薬品部門を抱える弊社の消費者ヘルスケア部門は、世界におけるアーユルヴェーダ市場とアーユルヴェーダを実践している方々の活動を推進するための製品をベンチマークとして提供しています。弊社では、アーユルヴェーダ施術者が日々ベースとして必要するとされる350種類以上のShastriya（古典）アーユルヴェーダの医薬品を有しています。



125年以上にわたって培われた経験とその製品の品質をベースに、弊社は、アーユルヴェーダの店頭医薬品（OTC）の販売を始めました。これは、弊社の戦略の一環として伝統的な製品を誰にでも素早く手に入れてもらおうとするものです。

弊社は、伝統的なアーユルヴェーダをそのルーツとし、この素晴らしい古くて新しい科学で調合された医薬品を、だれでもすぐに手の届くところに持つて来ることに携わってきました。弊社の消費者ヘルスケア事業は、当社の最古のビジネスであります。今日では女性の健康、赤ちゃんの健康、もしくは咳どめや風邪の症状の緩和など、日々の様々な医薬品の必要性に対処するための店頭医薬品の製品群を有しています。



ラサヤナ



チャバナプラーシュ（若返りの栄養ジャム）

ダーバーのチャバナプラーシュには酸化防止剤が含まれており、そのため体内の耐性、つまり免疫システムの強化に役立っています。それによって、貴方は日常の感染症、咳、風邪、ストレスなどから守られています。風邪や病原菌が流行ってる時、免疫システムはこれらの危ない病気から万全な耐性で守っています。チャバナプラーシュには40つ以上の自然素材を用いて免疫を高めています。

DCP250	250g	¥1,350
DCP500	500g	¥2,500
DCP1000	1kg	¥4,300



チャバナプラカシュ 砂糖無添加（若返りの栄養ジャム）

ダーバーは日々の暮らしに健康的に過ごすために、アーユルヴェーダを用いて、いつも最前線でその昔の知恵を役立ててきました。その経験と知識を以って、弊社はあなたにチャバナプラカシュ、免疫をもたらす砂糖無添加の製品です。これには全く砂糖含めておりませんので、糖尿病の患者にも安全です。アムラ（油柑・ユカン、学名：*Phyllanthus emblica*）、そしてアシュワガンダ（学名：*Withania somnifera*）も含めた41種類のハーブで作られて、一つの小さじに体力と20カロリーのエネルギーを供給しています。

DCPK250	250g	¥1,300
DCPK500	500g	¥2,400
DCPK1000	1kg	¥4,100



トリパラ・チュルナ（長寿のミラクルネクター）

トリパラは万能薬です。トリパラは体内に蓄積された栄養を破壊せずに、体の最下レベルまでを清めて、そして解毒しています。これは世の中でも最も重要なハーブの予備です。トリパラは最も有効で、そして最も安全な下剤として見なされています。トリパラ温和で、非習慣形成で、そして体を若返らせる。トリパラは、腸内に適切な消化をもたらすある細菌の増殖に協力して、消化機能をを調和する。トリパラは胃腸を清浄し、体内で余分な脂肪を抑制して過剰な体重を減らせます。トリパラも正常の食欲を目指すには有効であり、赤血球とヘモグロビンの生成を高めてそして血液を清浄し、感染を抑制出来ます。蜂蜜と一緒に摂ると、咳き止めにも有効です。

用法：½から1茶さじ（3-6グラム）、一日二回、牛乳や温水と一緒に摂ること。それか医師の指示に従って下さい。

材料：アマラキ（油柑・ユカン、学名：*Phyllanthus emblica*）、ハリタキ（学名：*Terminalia chebula*）、ビビタキ（学名：*Terminalia bellirica*）

DTC100	100g Powder	¥1,300
DTT100	100 Tablets	¥1,700



シラジットゴールド（性的な健康、若返り、そして精力の為）

過剰な精神的と肉体的のストレスはよくセックス関連の問題に繋がります、例えば早漏、勃起不全、精液の薄さ、スペルマ数の減少、そして尿中に含まれたサーメン。シラジットゴールドはそれらの問題の妙薬です。シラジット、ラサーヤナはバランスと調整の取れた健康をもたらします。これは体力、精力、そしてバイタリティー増強します。これは回復剤として働いており、体内組織の消耗と断裂を減速し、それによって老化を遅らせます。

材料：それぞれのカプセルには精製したこれらのものが含まれています、500mgシラジットとスワルナバスマ（ゴールド：体力、精力と持久力の増強）、ケサル（サフラン：抗疲労特性を持つ興奮剤、媚薬、神経の強壮剤）、カウンチビージ（アルクシ：媚薬や精液漏を治す）、ゴックシュル、アシュワガンダ：若返り、強化剤や媚薬性、ラヴァンガ、サフェドムシャリ：有名な性的栄養強壮剤、インボ治療としてよく使用される、ジャイファル・ナツメグ（和名：肉荳蔻・ニクズク）、アカルカラ、バラヒカンド、ベダリカンド、ヤシャダバスマ、ダルキニ（シナモン）、カルプル、ラジャトバスマ、ナツメグ油

用法：一日1カプセル、牛乳と一緒に摂ること

DSG10	10 Capsules	¥1,500
DSG100	100 Capsules	¥7,500



Stresscom Ashwagandha Capsules (100 caps) Effective in Chronic fatigue syndrome, general weakness, anxiety neurosis, stress and insomnia.

Ingredients: Each capsule contains 300mg Ashwagandha root extract
Usage: One capsule (300mg) twice a day preferably with milk

DSAC100	100 Capsules	¥3,500
---------	--------------	--------



Lipistat Capsules (50 Caps) A potent combination of Ayurvedic herbs to promote Hypolipidemia and maintain optimum cardiac function, bring down high cholesterol, triglycerides and LDL, increase HDL.

Ingredients: Arjuna, Pushkarmoola, Guggulu

Usage: 1 capsule twice daily

DLC50	50 Capsules	¥1,800
-------	-------------	--------



Broncorid Syrup (200ml) Effective for Asthma management, Breathlessness & Cough associated with Bronchial Asthma, Allergic bronchitis, COPD.

Ingredients: Shireesh Chaal (Albizia lebeck), Kantakari, Gokshur, Yashtimadhu, Karkatshringi, Vasaka leaves

Usage: Two teaspoons twice a day with luke warm water.

DBS200	200ml	¥1,600
--------	-------	--------



Mensta Syrup (200ml) Non-hormonal menstrual modulator with anti spasmodic activity. Relieves Dysmenorrhea, Corrects DUB, Strong estrogenic like activity, Recommended in Poly Cystic Ovary Syndrome (PCOS) **Ingredients:** Ashok Chaal, Dhataki Pushp, Nishoth, Kalaunji, Ajwain, Shunthi, Amla, Bahera, Hareetaki, Mustak, Safed Jeera, Vasaka, Pippali, Ghrit Kumari, Daruharidra, Chandan Red, Amrasthi, Hing, Madhu.

Usage: 2 Tsp twice daily for three cycles; not advised during menses.

DMS200	200ml	¥1,600
--------	-------	--------



Trifol Churna (100g) は、オオバコをベースとした食物繊維から成る天然の便秘薬で、トリファラの有効成分も含まれています。便秘、過敏性腸症候群、痔、潰瘍性大腸炎、十二指腸潰瘍に効果があります。原料：サイリウムハスク、ハリタキ、ヴィビタキ、アマラキ。使用方法：就寝前に、小さじ一杯分を水に溶かし素早くかき混ぜて飲みます。

DTC100	100g	¥1,200
--------	------	--------



Rheumatil Oil (60ml) Manages pain in all arthritic conditions. Enriched with Kesar and milk, it ensures quick absorption and rapid onset of action. **Useful** in arthritic Muscular Strain & Sprains, Traumatic inflammatory conditions e.g. fibrositis, Bursitis, Capsulitis, Tendinitis, Synovitis, Sciatica and Sports injuries. **Ingredients:** Mahanarayan Oil, Gandhapura Oil, Pudina satwa, Neel Giri Oil, Lavang ka tel, Guggulu Satwa,

DRO60	60ml	¥1,200
-------	------	--------



Rheumatil Tablets (90 Tabs) are a potent herbal combination of Anti-arthritic, Anti-inflammatory as well as Disease Modifying Anti Rheumatic drugs and has been found very effective in all arthritic problems. **Ingredients:** Guggulu ext., Salai Guggulu ext., Prasirini ext., Rasna Patti, Nirgundi

Usage: 2 tablets 2-3 times per day

DRT90	90 Tablets	¥1,500
-------	------------	--------



Madhuvaani (150g) is a traditional ayurvedic cough formula made from Sitopaladi churna and honey. Madhuvaani effectively controls cough, relieves throat irritation, reduces chest congestion, removes respiratory distress and is safe for children. **Ingredients:** Sitopaldi churna, Elaichi, Vanslochan, Dalchini, Madhu, Sharkara
Usage: Adults: 1 teaspoonful thrice a day. Children: ½ teaspoonful thrice a day.

DM150	150g	¥1,500
-------	------	--------



Child Care

Dabur Chyawan Junior A unique drink for growing children with 35 essential herbs from the original Chyawanprash formula. It also has Calcium, Iron, and Milk Protein for nutrition and body growth and a delicious chocolate taste.

Usage: Add 2 table spoons in a glass of milk (hot or cold) or have it as it is.

Ingredients: Amla, Ashwagandha, Yashtimadhu, Guduchi, Draksha, Brahmi, Pippali, Malt, Milk Protein, Calcium and Iron



DCPJ-500	500g	¥2,300
DCPJ-1000	1kg	¥3,900

Shankha Pushpi Syrup (350ml) Improves child intelligence and learning capabilities, balances neurotransmitters, improves concentration, learning and grasping power, reduces mental tensions, fatigue and anxiety. 100% Ayurvedic, completely safe with no side effects. It is useful in mental fatigue.

Usage: 20 to 30 ml twice a day with water or as directed by the physician.

Ingredients: Shankhapushpi , Brahmi , Nimbu Satva, Sharkara



DSPS350	350ml	¥1,800
---------	-------	--------

Dabur Red Tooth Paste (100g) A fine blend of herbs that eliminates many dental problems like gum disorders, toothache etc., thereby giving strong teeth and healthy gums. Natural ingredients like Clove and Mint gives a refreshing breath.

Ingredients: Sunthi—anti-bacterial & anti-inflammatory, Maricha—breath freshener, anti-bacterial, Pippali—breath freshener, anti-bacterial, Karpooora—antiseptic, local analgesic, Tomar—antiseptic, fights bad odor, Lavanga—analgesic, prevents tooth decay, Pudina—anti-fungal, anti-bacterial, Kashni—anti-inflammatory, Hareetaki—astrigent for sore mouth and ulcerated gums.



DRTP100	100g	¥700
---------	------	------

Dabur Lal Tail (120ml) An Ayurvedic baby massage oil that helps in strengthening baby's bones and muscles and is proven safe and effective for better overall physical growth of babies. Massage with Dabur Lal Tail contributes to faster increase in weight and height and induces better sleeping pattern in Neonates and Infants.

Ingredients: Sesame Oil, Ratan jot, Shankha pushpi, Camphor, Urad, Saralदारु Oil



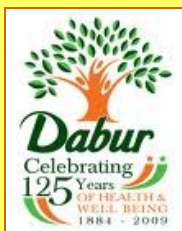
DLT350	350ml	¥1,800
--------	-------	--------

Odomos Natural Mosquito Repellant Lotion (120ml) Made with skin-friendly ingredients like Aloe Vera and Citronella, which is a well known natural repellent. Odomos is the only mosquito repellent endorsed by the INDIAN MEDICAL ASSOCIATION (IMA) as safe for babies. Odomos does not contain harmful chemicals.

Ingredients: Citronella Oil, Aloe Vera, Diethyl Benzamide



DONMRL120	120ml	¥1,200
-----------	-------	--------



Personal Care

Whether you wear them long and dark, or prefer them light and bouncy, your **Crowning Glory** needs constant care. That's easy, if you give your hair the natural treatment with Dabur's range of Natural and Ayurvedic Hair Care products. The range has been well researched and specially created to make your hair grow healthy, lustrous and full of life.



Hair Care Vatika Range

Vatika Smooth & Silky Shampoo	With henna, green almonds & shikakai	200ml?	DVSSS200	¥1,250
Vatika Root Strengthen Shampoo	With almonds & coconut milk	200ml?	DVRSS200	¥1,250
Vatika Black Shine Shampoo	With black olives & amla	200ml?	DVBSS200	¥1,250
Vatika Dandruff Control Shampoo (Naturally Clean)	With lemon, henna & tea-tree oil	200ml?	DVDCSNC200	¥1,250
Vatika Dandruff Control Shampoo (Shiny Black)	With black olives, lemon & amla	200ml?	DVDCSSB200	¥1,250
Vatika Dandruff Control Shampoo (Hair -fall Defense)	With lemon, almonds, coconut & tea-tree oil	200ml?	DVDCSHFD200	¥1,250
Vatika Total Protection Shampoo	With neem, bhringraj, triphala & japakusum	200ml?	DVTPS200	¥1,250
Vatika Smooth & Silky Conditioner	With henna, green almonds & amla	200ml?	DVSSC200	¥1,450
Vatika Root Strengthen Conditioner	With almonds & coconut milk	200ml?	DVRSC200	¥1,450
Dabur Amla Hair Oil	With amla	100ml?	DAHO100	¥1,100
Dabur Amla Flower Magic Hair Oil	With amla, mogra, jasmine	100ml	DAFMHO100	¥1,100
Vatika Enriched Coconut Hair Oil	With triphala, brahmi, neem, lemon, rose- mary & soy	100ml?	DVECHO100	¥1,100
Vatika Enriched Almond Hair Oil	With hibiscus, olive & muskroot	100ml?	DVEAHO100	¥1,100



Skin Care Gulabari Range



Dabur Gulabari is the only personal care brand offering the goodness of rose for skin care. Dabur Gulabari skincare range is packed with natural rose extracts that give you soft, smooth skin that glows like a Rose.

Dabur Gulabari skin care range helps maintain moisture balance without leaving your skin oily. Besides protecting the skin from damaging elements and keeping it soft and untouched, natural rose extracts also help remove dryness and dullness giving your skin a rose-like radiance.

Gulabari Rose Water	120ml	DGRW120	₹800
Gulabari Face Freshener	50ml	DGFF50	₹600
Gulabari Hydrating Rose Cream	100g?	DGHRC100	₹1,100
Gulabari Hydrating Rose Lotion	100ml/200ml?	DGHRL100/200	₹1,100/1,600

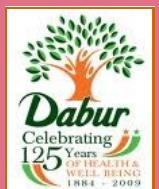
Skin Care Uveda Range

It is a known fact that life on the fast track, long working hours and constant stress take a drastic toll on your skin. As part of our larger thrust in the skincare market, Dabur India Ltd introduces Dabur Uveda, an all-new skincare range from Ayurveda that not only works from within to give you an inner glow but also nourishes your skin with every use. Only Dabur Uveda skincare range presents an alternate way to skin care and beauty for today's woman.



Uveda Complete Fairness Cream	100ml?	UCFC100	₹1,100
Uveda Moisturizing Face Wash	100ml?	UMFW100	₹800
Uveda Clarifying Face Wash	100ml?	UCFW100	₹800
Uveda 2-in-1 Moisturizer	100ml?	UM100	₹1,100

For more information on the Dabur product lines, please visit www.dabur.com





Baby Care



Hair Care



Skin Care



Therapeutic Range

Himalaya Herbals - health care, personal care & baby care products

Himalaya Herbals is a range of 100% natural and safe products with rare herbs collected from the foothills of the Himalayas. Each product combines the best of Ayurveda with years of dedicated research. Batch to batch performance and complete purity and safety are assured through the application of advanced pharmaceutical technology at every stage of manufacture.

In 2005 Himalaya celebrates seventy-five years.

So go ahead and give us a try! We guarantee that you will be pleased.



Eighty years ago, on a visit to Burma, Mr. Manal saw restless elephants being fed with a root to pacify them. The plant from which this was taken is *Rauwolfia serpentina*. Fascinated by the plant's effect on elephants, he had it scientifically evaluated. After extensive research, *Serpina*, the world's first anti-hypertensive drug, was launched in 1934. The Company was awarded an ISO 9001:2000 certification in 2003.



Himalaya's products can broadly be categorized into three main ranges, viz: **Pharmaceutical, Personal Care, Animal Care**. Pharmaceutical Range includes health maintenance, eye, cardiac and skin care, immune booster and cough control. Himalaya has made available to people all over the world, an alternate method of treatment, which has no known side effects. Prominent among Himalaya brands is **Liv.52**, a liver formulation, which is also the flagship brand of the company. It is ranked number one in the hepato-protective - lipotropic segment and number four among all pharmaceutical products in India.



In 1999, Himalaya Herbals launched a range of natural herbal personal care products spanning Health Care, Oral Care, Hair Care, Skin Care and Baby Care. Modern research proved that herbs while being effective and therapeutic are also mild and soothing.

The Himalaya legacy extends to animal health also. The Company offers well-researched, safe, animal health products, harnessed from nature's wealth to alleviate the suffering of animals, to improve their health and to increase their productivity. World-wide there is a growing concern about the presence of chemical contaminants in dairy, meat and poultry products. Taking a cue, The Himalaya Drug Company has extended its expertise to create Ayurvedic drugs and therapies for animal health care. This results in healthy livestock whose animal products are safe for human consumption. Realizing the importance of companion animals in today's life, Himalaya launched the Companion Animal Care Range of products in 2000, introducing daily care for sensitive pets like cats & dogs as well.



For more information please visit www.himalayaherbals.com

Visit <http://www.umamaya.com>

 アマラキ 天然のビタミンCが最も豊富です！ HAMC60 ¥1,100	 カレラ 血糖値を正常に保ちますー糖尿病治療の補助薬として。HKRC60 ¥1,100	 シュッダ・ググル 脂質の代謝を促進するのでダイエットに効果があります。HSDGC60 ¥1,100
 アルジュナ 血圧を正常にし、心臓機能を正常に保ちます。HARC60 ¥1,100	 ラスナ ニンニクです。血管内にコレステロールが堆積するのを防ぎます。HLC60 ¥1,100	 スンティ ショウガです。吐き気や消化不良に効果があります。HSNC60 ¥1,100
 アシュワガンダ ストレス解消、疲労回復、誘眠に。HASC60 ¥1,100	 マンジスタ 尿路感染症の治療に。利尿効果があります。HMAC60 ¥1,100	 タガラ 緊張を緩和します。不安症や不眠症に。HTC60 ¥1,100
 バエル 下痢、腸炎に。HBC60 ¥1,100	 メシアシュリング 甘味を感じなくします。高血糖症の防止に。HMEC60 ¥1,100	 トリカツ 消化剤です。胃の機能を改善し、食欲を復活させます。HTKC60 ¥1,100
 ブラーミ 抗うつ作用があり、精神機能・記憶力をサポートします。HBRC60 ¥1,100	 ニーム きれいな血液とお肌のために。HNC60 ¥1,100	 トリファラ 消化を助け、お腹をきれいにし、お通じを正常にします。HTPC60 ¥1,100
 ゴクシュラ 腎臓と泌尿器の働きをサポートします。HGC60 ¥1,100	 プナルナバ 腎機能を改善します。HPC60 ¥1,100	 トウルシー 呼吸器の感染症に最大の効果をもたらします。HTUC60 ¥1,100
 グドゥーチ 免疫機能の向上、肝臓の保護に。HGUC60 ¥1,100	 シャラキ 健康な関節をサポート。関節痛や関節炎に。HSLC60 ¥1,100	 ヴァサカ 風邪や咳、気管支炎、ぜんそくの治療に。HVC60 ¥1,100
 ハリドラ 皮膚炎やアレルギー性呼吸器疾患に。HHC60 ¥1,100	 シャタバリ アスパラガスの一種。母乳の出をよくし、ホルモン分泌を正常に保ちます。HSHC60 ¥1,100	 ヴリクシャムラ 脂肪の蓄積を抑えるので、ダイエットに効果があります。HVRC60 ¥1,100
 カピカチュ 催淫効果があります。その他男性バイタリティー増強のために。HKPC60 ¥1,100	 シグル 関節痛や間接炎の緩和に。HSGC60 ¥1,100	 ヤシュティマドゥ 胃潰瘍や十二指腸潰瘍に効果があります。HYC60 ¥1,100



Animal Health



ヒマラヤ製薬会社は、植物医薬品の専門知識を拡張し、動物の健康ケアのための自然な薬を作りました。動物用薬品事業部は、古代アーユルヴェーダの知識に基づき、大規模な研究開発をし、科学的に開発されたハーブ配合物を世界中の獣医師と農家に提供しています。この範囲の製品は、動物の苦しみを軽減し、健康を向上させます。この結果、いかなる化学汚染もなく、人間の消費のために安全で健康な家畜、家禽、水産養殖ができるようになります。ヒマラヤのペットケアの範囲は、犬や猫のような敏感なペットの毎日のケアのために開発されました。



Liv52 ヴェットリキッドまたはヴェットタブレット

肝臓保護毒素、薬物、化学物質から肝臓を保護します。肝臓の再生を促進します。

痛んだ肝臓の構造と機能を復元します。肝臓の合成活動を増加させます。タンパク質合成を促進します。食欲を促進し、復元します。液体または錠剤でご利用いただけます。



原料：カパリススピノーサ、キクニガナ、ソラヌムコショウ、ターミナリアアルジュナ、カシアアザミウマ、タマリクスガリカ、セイヨウノコギリソウ(ヴェットタブレットにはマンドゥールバースマが含まれます)

適応症：

肝障害や機能障害、腹水、黄疸、肝硬変犬と猫のウィルス性肝炎の免疫補助剤、ジステンパー及びパルボウィルス感染症肝臓由来の食欲不振、衰弱性疾患回復期、抗生物質及び抗寄生虫薬療法の支持療法、医薬品や農薬その他関連付けられている毒物成長促進や代謝刺激剤として術後ケアにおける支持療法として。

プレゼンテーション：

110mlボトル(計量カップ付)

60 錠

用量：Liv52 フォルテ錠一犬：小型犬 1 日 2 回 1 錠ずつ。

大型犬 1 日 2 回 2 錠ずつ。猫：1 日 1 回 1 錠ずつ。

Liv52 ヴェットリキッド一犬：小型犬 1 日 2 回 5-8ml。

大型犬 1 日 2 回 10-15ml。猫 1 日 2 回 3-5ml。

HLIV110	110ml	¥1,700
HLIV60	60 Tabs	¥1,700



Anxocare ヴェットタブレットは、馴染みのない人や環境、音、旅行などによる恐怖心と感情的ストレス、非特異的な不安、攻撃性、落ち着きのなさ、超興奮に有効です。23種類のハーブで作られた非常に特別な配合物です。原料：バコパモニエリ、ツボ腐、アシュワガンダソムニフェラ、イボルブルスアルシノイド、バレリアナジャタマンシ、エンベリアスグリ属、ターミナリアチェブラ、エンブリカオフィシ。

用量：犬—小型犬 1 日 2 回 1-2 錠ずつ。大型犬 1 日 2 回 2-3 錠ずつ。猫—1 日 2 回 1 錠ずつ。用量は品種や重症度に応じて、または獣医師の助言によって変更しても構いません。

HAT	60 Tabs	¥1,700
-----	---------	--------



エリナコートクレンザーは、肌の衛生状態を改善し、フケをコントロールし、膿皮症及び皮膚炎、掻痒症、スケーリング病斑から保護します。消臭や一般的なクレンザーとしても使えます。光沢ある健康なコートの維持に役立ちます。

原料：ニンバ(アザディラクタインディカ)、サターバ(イノンド属ソフ)



エリナプラスコートコンディショナーは、皮膚への血液供給に役立ちます。脱毛や皮膚疾患を防ぐことができます。皮膚衛生を向上させます。抗細菌、抗真菌。

原料：アザディラクタインディカ、イノンド属ソフ、ローズマリー、ボンガミアグラブラ、ハイビスカスローズス。

用法：綺麗な水でペットの体を濡らします。より優れた適用法は、30mlの水にエリナを10-15ml混ぜます。十分に泡立てて、コートによく擦り込みます。5分後によくすすぎ、必要に応じてアプリケーションを繰り返します。



エリナEP殺虫シャンプーは、ダニやノミ、ダニ、シラミ、イエバエなどのコントロールに役立ちます。抗菌、抗真菌剤、抗菌性。傷の感染症や痛みやかゆみ、炎症から保護します。

原料：ユーカリグロ、ショウブ、テフロシアブレア、アザディラクタインディカ。

用法：綺麗な水でペットの体を十分に濡らします。必要量のシャンプーを適用し、泡を取得するために毛に念入りに擦り込みます。フォームを体に付けたまま10-15分放置し、水で洗い流します。



HECC	120ml	¥1,400
HEPCC	100ml	¥1,300
HEEPS	200ml	¥2,100

Dygiton ドロップス



鼓腸、疝痛、腹部膨満を治療し、消化向上、便通改善、食欲増進。

原料：イノンド属ソフ、ティノスポラコルディフォルア、パイパーロンガム、キクニガナ、ターミナリアケブラ、セイヨウノコギリソウ、ハマビシ、カパリスフウ、エンブリカオフィシナリス、カシアアザミウマ、エレッタリアカルダモム、タマガリカ、広汎性ボワーハーヴィア

用量：子犬—小型犬 1 日 2 回 5-8 滴ずつ、大型犬 1 日 2 回 10-15 滴ずつ。犬—小型犬 1 日 2 回 1-2ml ずつ。大型犬 1 日 2 回 3-4ml ずつ。子猫 1 日 2 回 3-5 滴ずつ。猫 1 日 2 回 1ml ずつ。

HDD	30ml	¥1,400
-----	------	--------



The Himalaya Baby Care range consists of seven products: Moisturizing Baby Soap, Baby Powder, Baby Lotion, Gentle Baby Shampoo, Nourishing Baby Oil, Baby Cream and Diaper Rash Cream. **Himalaya Baby Diaper Rash Cream is the first of its kind introduced in the category in India.**

R & D efforts at Himalaya have been directed towards arriving at a safe, herbal baby care range supported by modern and scientific processes. Extensive dermal safety studies and clinical trials have been conducted to determine and ascertain the safety and efficacy of each and every product in the range.



Nourishing Baby Oil

A gentle massage oil good for dry skin and under-nourishment.

Ingredients incl. *Sida cordifolia*, Ashwaghandha, Vetiver, Aloe Vera, Olive Oil

HNBO100 100ml ₹900



Moisturizing Baby Soap

Enriched with Olive Oil and Almond, rich in Vitamins A, D & E.

HMBS70 70g ₹700



Gentle Baby Shampoo

Tear-less formula with Hibiscus & Chickpea.

Ingredients incl. Rice, Bengal Gram, Vetiver, Shoe-Flower

HGBS200 200ml ₹1,200



Baby Lotion

A gentle moisturizer to protect and nourish your infant's skin. **Ingredients incl.** *Sida cordifolia*, Licorice, *Tinospora cordifolia*, Olive Oil, Almond

HBL200 200ml ₹1,200



Baby Cream

A special formula for dry cheeks, tender nose, rubbed elbows and chafed knees.

Ingredients incl. Yashtimadhu, *Sida cordifolia*, Licorice, *Tinospora cordifolia*, Olive Oil

HBC50 50ml ₹800



Diaper Rash Cream

For inflammation and irritation of diaper rash.

Ingredients incl. Zinc calx, Aloe Vera, Almond, *Vitex negundo*, *Rubia cordifolia*

HDRC20 20g ₹600



Baby Powder

A cooling talcum powder that helps relieve itch and excess sweat.

Ingredients incl. Zinc calx, Sandalwood, Vetiver, Olive Oil

HBP200 200g ₹1,200



Gentle Baby Wipes

Gentle clean-up. Kills germs effectively.

Ingredients incl. Aloe Vera, Indian Lotus

HGBW72 72s ₹600



Baby Care Gift Basket

incl. moisturizing baby soap (115 g) gentle baby shampoo (200 ml) baby lotion (200 ml) baby cream (50 ml) baby powder (200 g) diaper rash cream (20 g) gentle baby wipes (72s)

HBCGB 7pc ₹5,000



Baby Care Gift Pack

incl. gentle baby shampoo (100ml) nourishing baby oil (100ml) diaper rash cream (20g) moisturizing baby soap (75g) baby lotion (100 ml) baby powder (100 g) Free baby towel

HBCGP 6pc ₹3,800



ヒマラヤハーバル ヘルスケアは、ナチュラルハーブ療法の豊かな知識と研究を生かして、あなたの毎日の健康のニーズに応える数多くのパーソナルケア製品を調合してきました。このシリーズでは、副作用のご心配なく毎日ご利用頂ける、自然治癒力の素晴らしさをご提供します。

ソープ



ソープフリーフェイスワッシュ



美容クリーム



モイスチャライジング



ヘアケア



モイスチャライジング アーモンドソープ	115g	HMAS115	¥600
はますげ&きゅうりソープ	115g	HNCS115	¥600
ニーム&ターメリック（ウコン）ソープ	115g	HNTS115	¥600
クリーム&ハニー ソープ	115g	HCHS115	¥600

オイルバランス フェイスワッシュ ジェル	100ml	HOBFWG100	¥800
ニーム フォーミング フェイスワッシュ	150ml	HNFFW150	¥950
ハイドレーティングフェイスワッシュクリーム	100ml	HHFWC100	¥800

アンダーアイ クリーム	15g	HUEC15	¥1,000
アンティリンクル（しわ対策用） クリーム	50g	HAWC50	¥1,100
ノーリーシング スキンクリーム	150ml	HNTS150	¥1,300
リバイタライジング ナイトクリーム	25g	HRNC25	¥1,000

フェイスモイスチャライジング ローション（普通肌）	100ml	HFMLN100	¥800
フェイスモイスチャライジング ローション（乾燥肌）	200ml	HIFMLD200	¥1,200
スージング ボディーローション（普通肌）	400ml	HSBLN400	¥1,600
スージング ボディーローション（乾燥肌）	400ml	HSBLD400	¥1,600
ジェントル リフレッシュ トナー	100ml	HGRT100	¥800
ディープクレンジングミルク	200ml	HDCM200	¥1,100
プロテクティブ サンスクリーン ローション	100ml	HPSL100	¥900

エキストラ モイスチャライジング プロテイン シャンプー200/400ml	HPSEM200 ¥1,250	HPSEM400 ¥2,150
リペア&リジェネレーション プロテイン コンディショナー100/200ml	HPCRR100 ¥950	HPCRR200 ¥1,450
ジェントルデイリーケア プロテイン シャンプー200/400ml	HPSGDC200 ¥1,250	PSGDC400 ¥2,150
ソフトネス&シャイン プロテイン コンディショナー100/200ml	HPCSS100 ¥950	HPCSS200 ¥1,450
ボリューム&バウンス プロテイン シャンプー200/400ml	HPSVB200 ¥1,250	HPSVB400 ¥2,150
フケ止めシャンプー200/400ml	HADS200 ¥1,250	HADS400 ¥2,150

現在ご利用いただくことが可能な小児用ヘルスケア製品：ボンニサン、Bonispaz、ベレソル、コフレット、Liv.52、メンタート、セプティリン



Bresol (Tablet/Syrup) ベレソル (Bresol) (錠剤・シロップ剤)

ベレソルは様々な種類の慢性呼吸器疾患に対する効果的な解決法の一つです。鼻水、後鼻漏、目や喉のかゆみなどの急性・慢性アレルギー症状の他、喘鳴、息切れなどの気管支炎症を緩和します。ベレソルには上気道感染 (URTI) や下気道感染 (LRTI) への併発を防ぐ感染予防効果もあります。

適応 ベレソル錠剤・シロップ剤は花粉症アレルギー、アレルギー性鼻炎、アレルギー性気管支炎、そして気管支喘息に有効です。

用量 掛かり付けの医師に相談して病気に一番適した用量を処方してもらってください。

副作用 ベレソル錠剤・シロップ剤は薬物依存、鎮静状態、あるいは鼻水の乾燥のいずれも引き起こしません。規定量を守って服用する限り、これまでにいかなる副作用も起きていません。

組成 ベレソル錠各錠は、ハリドラ (*Curcuma longa*) 100.5mg, トウラシ (*Ocimum sanctum*) 50mg, ヴァサカ (*Adhatoda vasica*) 50mg, トリカツ 8mg, トリファラ 8mg, ヴィダンガ (*Embellia ribes*) 8mg, ムスタ (*Cyperus rotundus*) 8mg, トバク (*Cinnamomum zeylanicum*) 5mg, エラ (*Elettaria cardamomum*) 5mg, バトラ (*Cinnamomum tamala*) 5mg, ナガケサラ (*Mesua ferrea*) 5mg を含みます。

茶さじ一杯分 (5mL) のベレソルシロップも同様に、ハリドラ (*Curcuma longa*) 100.5mg, トウラシ (*Ocimum sanctum*) 50mg, ヴァサカ (*Adhatoda vasica*) 50mg, トリカツ 8mg, トリファラ 8mg, ヴィダンガ (*Embellia ribes*) 8mg, ムスタ (*Cyperus rotundus*) 8mg, トバク (*Cinnamomum zeylanicum*) 5mg, エラ (*Elettaria cardamomum*) 5mg, バトラ (*Cinnamomum tamala*) 5mg, ナガケサラ (*Mesua ferrea*) 5mg を含みます。

HBS100	100ml	¥1,700
--------	-------	--------

HBT60	60Tabs	¥1,700
-------	--------	--------

現在ご利用いただくことが可能な女性用ヘルスケア製品：クラリナ、イブケア、ルコル、メノサン、V-gel、Renalka、レオスト、スティプロン、Talekt



Evecare (Capsules) イブケア (Evecare) (カプセル剤)

イブケアには子宮に対する刺激作用があり、月経周期を整えてくれます。内因性ホルモン分泌を調節し、子宮内膜の修復を促進するため、不正子宮出血が抑制されます。抗炎症作用と鎮痛作用があるため、痛みを和らげてくれます。また、貧血、月経前症候群 (PMS)、月経困難症、過多月経や不正子宮出血、希発月経などの月経不順、機能性子宮出血のほか、さまざまな子宮疾患に伴う全身衰弱に有益な作用が示されています。用量一かかりつけの医師にご相談ください。副作用—イブケアは、処方された用量に従って服用する限り、副作用の発生は報告されていません。成分と1カプセルあたりの含有量—アショカ85mg、ダシヤムラ35mg、ロドラ35mg、グドワーチ35mg、カカマチ35mg、ブナルナバ35mg、シャタバリ35mg、クマリ(アロコ)25mg、サンダルウッド25mg、ムスタ25mg、ヴァサカ20mg、トリファラ20mg、トリカツ20mg、シャールマリー15mg、粉末剤、硫酸鉄35mg、カルシウム含有亜鉛35mg

HEC60	60Caps	¥1,700
-------	--------	--------

Products in the Men's Health line Incl. Confido, Himcolin, Himplasia, Spemen, Tentex Forte, Tentex Royal



Himplasia (Tablets) relieves the symptoms of benign prostatic hyperplasia with reduction in prostate weight, improves urinary flow rate while reducing post-void residual urine. Also inhibits prostatic stromal proliferation. **Dosage:** Please consult your physician to prescribe the dosage that best suits your condition. Not known to have any side effects if taken as per the prescribed dosage. **Each Tablet contains** Pdrs. Gokshura (*Tribulus terrestris*) 140mg,

Putikaranja (*Caesalpinia bonducella*) 120mg, Puga (*Areca catechu*) 100mg, Shatavari (*Asparagus racemosus*) 80mg, Varuna (*Crataeva nurvala*) 80mg, Akika pishti 80mg

HHT60	60Tabs	¥1,700
-------	--------	--------

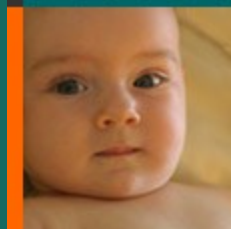
Products in the General Health Line incl. Diabecon, Diarex, Gasex, Mentat, Ophthacare, Pilex, Rumlalaya, et al.



Liv.52 (Tablets/Syrup) restores the functional efficiency of the liver, maintains cytochrome P-450, hastens restoration of hepatic functions in infective hepatitis, facilitates rapid elimination of acetaldehyde, the toxic intermediate metabolite of alcohol metabolism, and ensures protection from alcohol-induced hepatic damage. **Indications:** prevention and treatment of: Viral hepatitis, Alcoholic liver disease, Pre-cirrhotic conditions and early cirrhosis, Protein energy malnutrition, Loss of appetite, Radiation and chemotherapy-induced liver damage. **Dosage:** Please consult your physician to prescribe the dosage that best suits your condition. Not known to have any side effects if taken as per the prescribed dosage. **Each Tablet contains** Pdrs. Himsra (*Capparis spinosa*) 65mg, Kasani (*Cichorium intybus*) 65mg, Mandur bhasma 33mg, Kakamachi (*Solanum nigrum*) 32mg Arjuna (*Terminalia arjuna*) 32mg, Kasamarda (*Cassia occidentalis*) 16mg, Biranjasipha (*Achillea millefolium*) 16mg, havuka (*Tamarix gallica*) 16mg

HLIV60	60Tabs	¥1,700
--------	--------	--------

Children's Health



Women's Health

Men's Health



General Health

For more information please visit www.himalayaherbals.com or contact info@ayurvedajapan.com directly.

Mysore Sandalwood



Sandalwood Talc	100g	MST100	¥900
Sandalwood Soap	75g/150g	MSS75/MSS150	¥500 / ¥900
Rose Soap	100g	MSS100	¥600
Turmeric Soap	2 X 75g	MSS450	¥900
Herbal Care Soap	100g	MHC100	¥600
Sandalwood Incense	20 Stick Pack	MSI20	¥400



Jain Store 100% Essential



Sandalwood Oil	10ml	JSWO10	¥4,000
Rose Oil	10ml	JRO10	¥6,500
Jasmine Oil	10ml	JJO10	¥4,700
Tea Tree Oil	10ml	JTTO10	¥1,500
Cardamom Oil	10ml	JCO10	¥2,400
Sage Oil	10ml	JSO10	¥1,500

Other available essential oils include: Cedarwood, Citronella, Clove, Eucalyptus, Peppermint, Cinnamon, Geranium, Lemon-grass, Lemon, Rose,mary, Vanilla, Ylang Ylang, Lavender, Patchouli, Cypress, Frankincense, Cyprus, Sage,, Black Pepper, Neroli and Jatamansi. Please enquire about pricing. Also available domestically in our store!





shahnaz
husain



Shahnaz Husain, pioneer and leader in the field of cosmetic and herbal care in India, has achieved unprecedented international acclaim for her practical application of Ayurveda. After training for 10 years in cosmetic therapy and cosmetic chemistry, at leading institutions of the West, like Helena Rubinstein, Arnould Taylor, Swarzkopf, Christine Valmy, Lancome and Lean of Copenhagen, Shahnaz returned to her roots and studied Ayurveda, the ancient Indian system of herbal healing. She set up her herbal clinic in her own home, in a very small way, rejecting the existing salon treatment methods and devised her own herbal treatments. She introduced a totally new concept of "care and cure". She also began to formulate her own Ayurvedic products. This was the beginning of the legendary Shahnaz Herbal and other ranges. Now she has become known world-wide for her specialized clinical treatments and therapeutic products for specific problems like acne, pigmentation, scars and blemishes, skin-sensitivity, dandruff, hair loss and alopecia. Today her enterprise boasts a formidable line of over 350 products

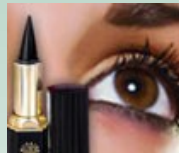
Shahnaz has received several national and international awards, including the World's Greatest Woman Entrepreneur Award from Success Group of the U.S.A. She is the first woman to be so honoured, in the 107-year history of the Success awards. Among her other awards are the Arch of Europe Gold Star Award for Quality, the Golden America Award and the Indian Government Awards for Export Excellence. She has recently been honoured with two prestigious international awards for Quality Excellence and Outstanding Woman Entrepreneur 2002, by Global Quality Management, in London. She received the Jewel 2009 award, the prestigious international star award, the Leonardo daVinci award and the world medal of freedom at the annual world forum at Washington DC.

To learn more about the Shahnaz group and their products, please visit

<http://www.shahnaz.in/>



SHASTORE
by Shahnaz Husain



Contact info@umamaya.com



DIAMOND

	Product Name	Ingredients	Id#	Price
	Exfoliating Scrub	Diamond "bhasma" ash, cucumber, rose, walnut, Oils of almond, lemon & olive.	SHES40 / 175	(40g) ₹3,500 (175g) ₹10,000
	Rehydrant Lotion	Diamond ash, extracts of basil, date and carrot seed.	SHRL40 / 200	(40g) ₹3,500 (200g) ₹12,000
	Nourishing Cream	Diamond & Tankana ash with extracts of Vetiver & Date.	SHNC40 / 175	(40g) ₹3,500 (175g) ₹10,000
	Rejuvenating Mask	Diamond & Yashad ash combined with extracts of Masoorika and oil of Orange.	SHRM50 / 300	(50g) ₹3,500 (300g) ₹14,000
	Diamond Soap	Diamond ash, Coconut oil, Turmeric, Saffron, Rose, Lemon and More! An Exclusive Formula!	SHDS150	(150g) ₹2,000



GOLD

	Product Name	Ingredients / Method of Use	Id#	Price
	24ct Gold Scrub	24 Carat Gold, Orange Peel, Rose and Aloe Vera extracts. First cleanse the face, then gently apply scrub for several minutes. Wash off.	SHGS100/200	(100g) ₹3,500 (200g) ₹6,500
	Pot of Gold Founda-	24 carat Gold, extracts of Rose & Pearl Bhasma.	SHPGF30	(30g) ₹3,000
	Nature's Gold Beautifying Mask	24 carat Gold, extracts of Rose & Sandalwood. Apply all over face, neck and hands. When Dry, wash off.	SHBM100/200	(100g) ₹4,000 (200g) ₹7,500
	Nature's Gold Skin Radiance Gel	24 Carat Gold, Plant extracts and essential oils. Apply all over the face then use a small amount of Shahnaz Moisturizing Cream and gently rub into the skin.	SHSRG40/200	(40g) ₹4,000 (200g) ₹15,000
	Shahnaz's Moisturizing Cream	Enriched with Date, Rose & Honey. Apply Gold Gel.	SHMC500	(500ml) ₹4,500



FLOWER POWER—HAIR CARE



PRODUCT	METHOD of USE	PROD.ID#	PRICE
Anti-Dandruff Treatment Lotion—Chinese Hibiscus	Apply lotion directly on the scalp with cotton. Leave on all night.	FPADTL200	(200ml) ₹3,000
Ayurvedic Hair Conditioning Lotion—Wild Thyme	Apply after shampoo. Massage through the hair and rinse well.	FPAHCL200	(200ml) ₹3,000
Ayurvedic Hair Oil—Prime Rose Jasmine	Massage into scalp. Leave on all night. Wash off in the morning with FPHTC or FPAST	FPAHO200	(200ml) ₹3,000
Ayurvedic Scalp Treatment for Oily Hair—Spanish Jasmine	Effective cleanser for oily hair. Massage into wet hair, lathering for 2 min. Wash off thoroughly. Can be used with AHCL	FPASTOH200	(200ml) ₹3,000
Hair Treatment Cleanser (Normal-Dry Hair)—Rosemary	Massage into wet hair. Lather for 2 min. Wash off thoroughly. Recommended to use with ADTL	FPHTC200 / 1lt	(200ml) ₹3,000 (1lt) ₹10,000
Ayurvedic Hair Treatment Powder—Carnation	Prepare a hair pack with approx. 1 cup AHTP, 2 raw eggs, 4 tsp each of coffee powder and lemon juice & half-cup yoghurt. Apply all over scalp and hair. When it dries, wash off.	FPAHT200	(200g) ₹3,000

FLOWER POWER—SKIN CARE

Product Name	Ingredients	Id#	Price
Antiseptic Cream	Morning Glory	FPAC40	(40g) ₹3,000
Ayurvedic Deep Skin Treatment Cream	Marigold	FPADSTC40	(40g) ₹3,000
Ayurvedic Henna Treatment Powder	Californian Poppy	FPHTP200	(200g) ₹3,500
Ayurvedic Rehydrant Treatment Lotion	White Water Lily	FPARTL100	(100ml) ₹3,500
Ayurvedic Rejuvenating Treatment Balm	Holly Hock	FPARTB100	(100g) ₹3,500
Ayurvedic Skin Clear Formula	Wild Rose	FPASCF40	(40g) ₹3,000
Ayurvedic Skin Tonic	Lavender	FPAST200	(200ml) ₹3,000
Ayurvedic Treatment Cream (Night Care)	Egyptian Lotus	FPATC40	(40g) ₹2,000
Ayurvedic Treatment Cream (Night Care)	Egyptian Lotus	FPATC175	(175g) ₹5,000
Ayurvedic Treatment Cream (Night Care)	Egyptian Lotus	FPATC500	(500g) ₹12,000
Protective Skin Treatment Base	Pink Lotus	FPPSTB500	(500g) ₹10,000
Under Eye Cream	Himalayan Musk Rose	FPUEC40	(40g) ₹3,000



Herbal

Shabase Sandalwood Protective Base 25g, 40g, 175g, 500g
SHSB25 ₹1,700 SHSB40 ₹2,500 SHSB175 ₹5,500 SHSB500 ₹9,500

Shableach Skin Bright Lotion 100ml, 200ml, 1000ml
SHSBL100 ₹2,100 SHSBL200 ₹2,800 SHSBL1000 ₹8,000

Shablem Anti Blemish Ointment 25g SHSBM25 ₹2,200

Shabright Skin Bright Lotion 40g SHSBT40 ₹2,500

Shacare Hair Care & Conditioning 200g SHSC200 ₹3,000

Shacleanse Hydrating Cleanser 25g, 40g, 175g, 500g
SHSCN25 ₹2,100 SHSCN40 ₹2,800 SHSCN175 ₹5,100 SHSCN500 ₹8,800

Shaclear Anti-Pimple Lotion 100ml SHSCR100 ₹3,100

Shaclove Cream for Pimple Prone Skin 25g, 100g, 225g, 500g
SHSCV25 ₹1,600 SHSCV100 ₹3,100 SHSCV225 ₹5,900 SHSCV500 ₹9,600

Shaderm Barrier Cream 25g, 500g SHSDM25 ₹1,600 SHSDM500 ₹9,600

Shadew Lemon Turmeric Cream 25g, 40g, 175g, 500g
SHSDW25 ₹2,100, SHSDW40 ₹2,800, SHSDW175 ₹5,100, SHSDW500 ₹8,800

Shadust Protective Talc 200g SHSDT200 ₹2,800

Shaface Herbal Face Conditioner/Mask 30g, 65g, 350g
SHSFC30 ₹1,800, SHSFC65 ₹3,100, SHSFC350 ₹7,800

Shafair Fair Skin Formula 40g, 175g, 500g
SHSFR40 ₹2,300, SHSFR175 ₹4,100, SHSFR500 ₹6,800

Shafight Air Travel Moisturizer 25g, 40g
SHSFT25 ₹1,700 SHSFT40 ₹2,500

Shafresh Seaweed Lotion 100ml, 200ml
SHSFS100 ₹2,100, SHSFS200 ₹3,300

Shaglow Honey Intensive Moisturizing Cream 40ml, 175ml, 500ml
SHSG40 ₹2,800, SHSG175 ₹3,900, SHSG500 ₹8,300

Shagrain Deep Pore Cleanser/ Exfoliator 25g, 40g, 350g
SHSGN25 ₹2,100, SHSGN40 ₹2,800, SHSGN350 ₹7,300

Shagrow Hair Cleanser / Conditioner 200ml, 1l
SHSGW200 ₹3,100, SHSGW1000 ₹7,300

Shahair Henna Hair Conditioning Powder 100g, 200g, 1kg
SHSH100 ₹2,100, SHSH200 ₹3,300, SHSH1000 ₹7,500

Shahenna Scalp Cleanser (Normal-Oily Hair) 100g, 200g, 500g, 1kg
SHSHA100 ₹1,800, SHSHA200 ₹2,700, SHSHA500 ₹5,900, SHSHA-1 ₹7,500

Shalife Ayurvedic Nourishing Cream 25g, 40g, 175g, 500g
SHSL25 ₹1,600, SHSL40 ₹2,400, SHSL175 ₹5,900, SHSL500 ₹8,400

Shalisma Hair Beauty and Shine 40g, 175g, 500g
SHSLA40 ₹2,800, SHSLA175 ₹4,900, SHSLA500 ₹8,100

Shalocks Herbal Hair Oil 100ml, 200ml, 1l
SHSLK100 ₹1,600, SHSLK200 ₹2,800, SHSLK1000 ₹6,500

Shamask-1 Rejuvenating Skin Balm 100g, 200g, 500g
SHSM-1-100 ₹2,400, SHSM-1-200 ₹3,900, SHSM-1-500 ₹8,100

Shamask-2 Rejuvenating Body Balm 100g, 200g, 500g
SHSM-2-100 ₹2,400, SHSM-2-200 ₹3,900, SHSM-2-500 ₹8,100

Shamilk Under Eye Day Lotion 75ml SHSMK75 ₹2,700

Shamint Skin Protective Lotion 100ml, 200ml, 1l
SHSMT100 ₹2,100, SHSMT200 ₹3,400, SHSMT1000 ₹8,100

Shamla Hair Cleanser (Normal to Dry) 100ml, 200ml, 500ml, 1l
SHSMA100 ₹1,800, SHSMA200 ₹2,700, SHSMA500 ₹5,900, SHSMA-1 ₹7,500

Shamoist Rehydrant Milk 75ml, 100ml, 500ml, 1l
SHMST75 ₹1,700, SHMST100 ₹2,100, SHMST500 ₹4,900, SHMST-1 ₹7,300

Shamooon Sandalwood Cleansing Lotion 100ml
SHMN100 ₹1,700

Shaoint Hair Formula (anti-dandruff) 25g, 500g
SHO25 ₹1,700, SHO500 ₹9,300

Shapeach Ayurvedic Toning Cream 40g, 175g, 500g
SHP40 ₹2,400, SHP175 ₹4,900, SHP500 ₹9,700

Shapeel Apricot Honey Peel-off Pack 100g, 500g
SHPL100 ₹3,100, SHPL500 ₹9,700

Shaqueen Precious Herbs Moisturizer 40g SHO40 ₹3,400 **Shar-**
rinse Plus Conditioning Lotion (anti-dandruff) 100ml, 200ml, 1l
SHRP100 ₹2,300, SHRP200 ₹3,600, SHRP-1 ₹8,300

Sharose Date-enriched Skin Toner 100ml, 200ml, 1l
SHR100 ₹2,400, SHR200 ₹3,700, SHR-1 ₹8,800

Shascrub Face & Body Scrub 25g, 40g, 175g, 500g
SHSC25 ₹2,100, SHSC40 ₹3,000, SHSC175 ₹5,300, SHSC500 ₹9,700

Shasilk Protective Cream for Oily Skin 40g, 500g
SHSK40 ₹2,800, SHSK500 ₹8,300

Shasmile Herbal Toothpaste 100g SHSML100 ₹1,600

Shasmooth Almond Under-eye Cream 25g, 40g, 175g, 500g
SHSM25 ₹2,100, SHSM40 ₹3,300, SHSM175 ₹6,300, SHSM500 ₹9,800

Shataj Precious Herbs Moisturizing Cream (Oily skin) 40g
SHT40 ₹3,100

Shatex Toning/Texturizing Mask 100g, 200g, 500g
SHTX100 ₹3,100, SHSC200 ₹5,300, SHTX500 ₹9,400

Shatone Scalp Tonic 100ml, 200ml, 1l
SHTN100 ₹2,100, SHTN200 ₹3,300, SHTN-1 ₹5,900

Shaweeds Under-eye Skin Care 75ml, 100ml, 500ml
SHW75 ₹2,600, SHW100 ₹3,100, SHW500 ₹7,300

Shawhite Skin Bright Lotion 100ml, 200ml, 1l SHSC25 ₹2,100,
SHWT100 ₹2,700, SHWT200 ₹4,100, SHWT-1 ₹9,100

Shayouth Wheat Germ & Basil Face Mask 40g, 100g, 200g, 500g
SHY40 ₹2,700, SHY100 ₹4,100, SHY200 ₹5,800, SHY500 ₹8,700

Shazema Herbal cleanser for Oily Skin 25g, 40g, 175g, 500g
SHSC25 ₹2,300, SHSC40 ₹3,000, SHSC175 ₹4,800, SHSC500 ₹8,800



Neem

Shaneem Antiseptic Face Treatment Cream 40g SNM40 ₹1,800

Shaneem Hair Treatment Oil 200ml SNMH200 ₹2,700

Shaneem Rehydrant Lotion 100ml SNMRH100 ₹2,300

Shaneem Rejuvenating Skin Balm 100g SNMRJ100 ₹2,300

Shaneem Scalp Cleanser 200ml SNMC200 ₹2,900

Shaneem Skin Cleansing Cream 40g SNMSC40 ₹1,800

Shaneem Skin Nourishing Cream 40g, 500g
SNMNS40 ₹1,800, SNMNS500 ₹7,800

Shaneem Skin Tonic Lotion 200ml SNMST200 ₹3,100

Shaneem Sun-protective Base Balm 40g SNMSP40 ₹1,800

Shaneem Under-eye Treatment Gel 40g SNMU40 ₹1,800

To learn more about Shahnaz Husain Products please visit <http://www.shahnaz.in/>



Honey

Honey Health Rehydrant Milk 200ml SHHRM200 ¥2,900
Honey Health Freshness Lotion SHHFL200 ¥2,900
Honey Health Hair Treatment Cleanser 200ml SHHHTC200 ¥2,900
Honey Mud Mask 100g, 500g SHHMM100 ¥2,100 SHHMM500 ¥6,700
Honey Health Intensive Cream 40g SHHHRM40 ¥2,100



Sun Protect

Shascreen 40/200ml SHSSC40 ¥1,500 SHSS200 ¥4,800
Shablock 40g SHSBK40 ¥3,300



Pearl

Precious Pearl Cream 500g SHPPC500 ¥11,500
Precious Pearl Mask 500g SHPPM500 ¥8,500
Touch of Silk Beauty Fluid 100ml SHTSBF100 ¥4,500



Oxygen

Oxygen Skin Treatment Cream 50g, 500g
 SHOSTC50 ¥2,300 SHOSTC500 ¥9,700
Oxygen Skin Rejuvenating Mask 150g, 500g
 SHOSRM150 ¥2,700 SHOSRM500 ¥5,300
Oxygen Natural Body Cleanser (Seawave Soap) 100g
 SHONBC 100 ¥1,500



Men's

Shamen After Shave Moisturizer 40g SHMNASM40 ¥2,600
Shamen After Shave Cream 40g SHMNASC40 ¥2,600
Shamen After Shave Lotion 50ml SHMNASM40 ¥2,600
Shashave Herbal Shaving Cream 70g SHSHV70 ¥4,100



Cosmetics

Shacover Liquid Foundation 50ml SHCV50 ¥2,600
Shaeyes Herbal Kohl 2g SHEHK2 ¥1,700
Shalash Eye Beauty Mascara 10ml SHLSH10 ¥2,900
Shaline Herbal Eye-liner 15g SHLN15 ¥2,900
Hair Mascara 15ml (7 shades: Caramel, Plum, Golden, Copper-tone, Brown, Black, Blue) HM15-(shade) ¥2,900
Shashine Floral Lip Gloss 4g (15 colors: Candy, Wild Rose #52, #61, #62, Icy Glow, Transparent Glow, Coffee Frost, Moon Magic, Natural Shine, Pink Mist, Exotic Red, Scarlet) SHFLG15-(color) ¥2,500
Shabride Herbal Sinder 2g SHB15 ¥2,900
Hair Touch-up 7.5g (2 colors: Black, Brown) HTU75-(color) ¥2,400
Shalips Floral Lip-stick 4g (16 colors: Rose Magic, Rose Frost, Hot Pink, Fire, Ruby Red, Passion Fruit, Violet Fantasy, Cherry Wine, Earthy Brown, Innocent Peach, Dawn Magic, Icy Daylight, Morning Mist, Earthy Green, Burnt Gold, Campari) SHL4-(color) ¥2,200
Shaheal Skin Touch-up / Concealer 10g SHH15 ¥2,100



Professional

Shahnaz Forever Skin Tonic 1l SHFSKT-1 ¥6,500
Shahnaz Forever Rehydrant Milk 1l SHFRM-1 ¥6,500
Shahnaz Forever Scalp Tonic 1l SHFSCT-1 ¥6,500
Shahnaz Forever Hair Oil 1l SHFHO-1 ¥6,500
Shahnaz Forever Hair Cleanser 1l SHFHC-1 ¥6,500
Shahnaz Forever Root Marrow Base 350g SHFRMB350 ¥4,700
Shahnaz Forever Bio Hydrating Cleanser 400g SHFBHC400 ¥4,700
Shahnaz Forever Vegetable Exfoliating Dermabrasive Powder 350g SHFVED350 ¥4,700
Shahnaz Forever Relaxing Aroma Therapy Face Pack 400g SHFRAT-1 ¥4,700
Shahnaz Forever Thermal Mini Face-lift 350g SHFTMF ¥4,700
Shahnaz Forever Nourishing Cream 400g SHFNC400 ¥4,700
Shahnaz Forever Skin Softening Cream 400g SHFSSC400 ¥4,700
Shahnaz Forever Henna Precious Herb Mix 100g, 200g SHFHPPH100 ¥2,100, SHFHPPH200 ¥3,900

Visit <http://www.shahnaz.in/> for information on ingredients and use, You can also check out Shahnaz' blog!



Asparagus (*Asparagus racemosus*, **Shatavari**) **アスパラガス** (*Asparagus*, *Asparagus racemosus*) **Shatavari**
母乳の量を増加させる, 滋養強壮, 利尿作用, 下痢, 赤痢, 催淫作用, 鎮痛作用, 精力増進, 腫れ, 結核, 血液浄化, 子宮疾患, 月経過多, 月経不順, PMS, 不妊症、更年期障害、視力障害など



Bael (*Aegle marmelos*, **Bilva**) **ミカン科 ベルフルーツ, マルメロ** Roots are useful in diarrhea, dysentery, dyspepsia, seminal weakness, vomiting, fever and swellings. Leaves are useful as laxative, febrifuge and expectorant, and asthmatic complaints. Fruits are useful in diarrhea, dysentery, and good for heart and brain. Root bark is used in melancholia and palpitation of the heart. Alcoholic extract of



Bamboo 竹 (*Bambusa arundinacea*, **Vamsa**) Roots are sweet, astringent, cooling, tonic, laxative and diuretic. Used in skin diseases, leprosy, ringworm, burning sensation, and general debility. Leaves are sweet, cooling, astringent, opthalmic, constipating and febrifuge; used in eye troubles, lumbago, hemorrhoids, diarrhea, gonorrhea, haematemesis. Sprouts are used as a laxative, anti-inflammatory, digestive, carminative. Bamboo manna, which is the silicious secretion found in internodes of stems is tonic, useful in fever, cough and snake-bite.



Bindweed (*Evolvulus alsinoides*, **Shankapushpi**) **アメリカンブル** Shankapushpi is quoted in Charaka to be the single greatest herb for enhancing all three aspects of mind power -- learning, memory, and recall. It is the greatest Medhya Rasayana (that which enhances the mind). It helps the quality of sleep by improving mind-body coordination. It also helps nourish all layers of the skin. Shankapushpi is very beneficial for the nervous system, enhancing the quality of bone marrow and nerve tissue.



Cinnamon (*Cinnamomum zeylanicum*, **Tvak**) **シナモン** Cordial, stimulant and tonic, indicated in all cases characterized by feebleness and atony. It is an efficient carminative and antispasmodic. Useful for checking vomiting and nausea. Chiefly prescribed with other medicines to improve flavor or to check their griping qualities. Bark is used as flu-preventative, for indigestion and flatulence control.



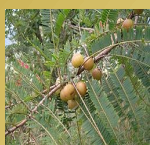
Country Mallow (*Sida cordifolia*, **Bala**) **マルバキンゴジカ・カントリマロ** Used in cases of spermatorrhea, polyurea, leucorrhea and certain nervine disorders such as monoplegia, sciatica, palsy, etc. It is anti-bacterial, analgesic and anti-inflammatory as well as antioxidant. Ephedrine alkaloid is present. It also contains phytosterol and potassium nitrate. The phytosterols have estrogenic activity. *In 2004 the US FDA banned the sale of dietary supplements containing ephedra alkaloids. The rule does not, however, pertain to traditional Chinese or Ayurvedic medicines as they are not sold as



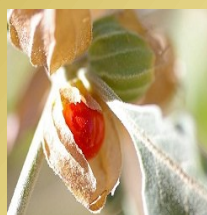
Diamond Ash (*Vajra Bhasma*) **ダイヤモンド** Incorporated into Ayurvedic skin care products as a powerful age-control treatment. Diamonds have potent exfoliating and gentle dermabrasing actions, which help erase fine lines and wrinkles, and promote cell renewal. Diamond bhasma awakens dormant cells and boost the regeneration of new skin. Regular use of Diamond based products will cause your skin to constantly renew and rejuvenate, minimizing the need for harsh and costly chemical peels.



Eucalyptus (*Tailapatra*, **Nilgiri**) **ユーカリ** It has analgesic, expectorant, decongestant, antiseptic, anti-neuralgic properties and increases blood circulation. The Nilgiri oil is used in upper respiratory tract infections. In cases of babies and young children Eucalyptus oil should not be applied on face, especially on nose.



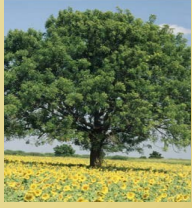
Gooseberry (*Emblica officinalis*, **Amlaki**, **Amla**) **インドスグリ** Antiviral and antimicrobial properties. Leaves, bark or fruit effective against laboratory models of disease, such as for inflammation, cancer, age-related renal disease, and diabetes. Also demonstrated reduction of blood cholesterol levels in both normal and hypercholesterolemic men. It may be used as a rasayana to promote longevity, and to enhance digestion, treat constipation, reduce fever, purify the blood, reduce cough, alleviate asthma, strengthen the heart, benefit the eyes, stimulate hair growth, enliven the body, and enhance



アシュワガンダ, Winter Cherry, (*Withania somnifera*, **Ashwagandha**) この植物はインドで「アシュワガンダ」(Ashwagandha)と呼ばれている。インドでは、この「アシュワガンダ」が古くから「若返りの妙薬」として用いられてきた。インドで3千年もの長い間受け継がれてきた伝統的アユルヴェーダ療法において、「アシュワガンダ」は、ラサーヤナ(不老長寿の薬)として用いられてきた。若さを保ち、長寿をもたらすだけでなく、記憶力や思考能力、身体的持久力や免疫能を高める効果があるとされている。更にストレスや不眠症にも有効で、スタミナとバイタリティーを増強する効果があるとされている。最近の研究では、うつ状態の患者の精神的な機能を促進し、老化やストレスを抑え、ガンを予防する作用が明らかにされている。また、病気の回復を早め、死亡率を下げるということも認められている。「アシュワガンダ」は、また、アユルヴェーダ療法において、ヴァージー・カラナ(強精薬、催淫薬)としても用いられてきた。精機能を高める効果があるとされており、インポテンツの治療などに使われる。インドでは、この「アシュワガンダ」の根が、上

記のように強壮・強精薬として、あたくも「チョウセンニンジン(朝鮮人参)」"Panax ginseng" (英名: Ginseng) のように用いられることに因んで「インドニンジン(インド人参)」"Indian ginseng"とも呼ばれている。ハーブを内服するときは、必ず少量を摂取し、様子を見ながら、量を加減する必要があります。また、基本的にすぐに効果が表れるものではなく、持続して使用していくことで、ゆっくりと、優しく、体のバランスをとっていくので何ヶ月か連続してお使いになることをおすすめします。アーユルヴェーダの処方ハーブ食品・薬等には通常、副作用がないと言いますが、万一異常を感じましたら、使用を中止し医師にご相談ください。妊娠中や重い病気、治療中、慢性的な病気などの方は医師の指示に従ってください。当サイトの管理人は、生じた一切の損害や負傷、その他について責任は負いかねますので、ご了承くださいませ。

HERB FINDER



Margosa <Neem> (*Azadirachta Indica*, Nimba) ニーム, (Margosa, *Azadirachta Indica*) Nimbaは、インドでは5000年も前から愛用されている植物で、樹液や樹皮、葉や種子にいたるまであまるとなく、活用されることもあり、健康を確実なものにするため、家庭の庭や街路樹としてもよく見かけます。「ミラクルニーム」と呼ばれ、万能樹として重宝されてきました。ニームの葉を『美肌』のために風呂に入れたり、『虫よけハーブ』として農業に使われたり、『穀物や衣類などの保存』のために使用されたりと、用途はいろいろなのです。ニーム樹はインドではごく一般的な街路樹として至るところで目にすることができ、行事や儀式にも使用される日常的で親しみのある樹木です。古くは、衣類の虫除けに使用されていたことが古文文献に記されています。人々はニームの枝を噛み砕いて歯磨きにしたり、葉を皮膚病や美容、料理などに使うなど日用品としても古くから利用してきました。ニームは現在、世界的に研究されており、おもに人畜無害の駆虫剤、人間および動物の病気の治癒、人口抑制、肥料および硝化抑制剤、家畜飼料、石けん類の原料などに使用されています。効能等の詳細は下に示す通りです。薬用ハーブとして、機能、活性成分、農業での活用法などを本書では広範に提供しています。アーユルヴェーダの調合剤で最も重要なハーブである ニーム(インドセンダン)は、インドでは4,000年もの間尊ばれてきましたが、近年、欧米豪でその活性物質が注目され、農業・園芸における害虫の駆除、健康食品、化粧品として広く製品化されています。感染症・歯周病・皮膚疾患・避妊・蚊・ペットケアなど薬用特性・使用法に焦点をあてて、科学的情報とともに解説します。



Thyme-leaved Graticula バコパモニエラ (*Bacopa monniera*, Brahmi, Sarasvati) Brahmi . 不安神経症の患者の不安が軽減し、記憶力が改善することが確かめられている



Vetiver ベチバー (*Chrysopogon zizanioides*) Khus は熱帯地域に育成するイネ科の草本で、レモングラス、パルマ



インドスグリ (*Gooseberry, Emblica officinalis*) **Amlaki, Amla**), **ミロバラン**, **カシ** (*Myrobalan, Terminalia belerica, Terminalia chebula*) **Haritaki, Bhibitaka** トリファラとは、3つの果実(ハリタキ、ビビタキ、アマラキ)を混ぜ合わせたアーユルヴェーダでは定番のハーブです。アーユルヴェーダでは通じ薬として、そして結腸の組織を回復させるために何千年もの間使われてきました。ハリタキは腸を刺激し、ビビタキは結腸から毒素をきれいにし出し、アマラキは結腸の水分のバランスを保ち、強壮剤として働く伝統的に知られています。トリファラは腸を整えて、便秘を解消するデトックス・ハーブです。トリファラは、消化器と身体の代謝全体により効果をもつとして、アダプトゲン(万能薬適応促進因子)の大きな因子となっています。腸の働きを整え、解毒・便秘解消などをサポートするサプリメントです。

3つの果実を配合し、ハリタキはおだやかな作用で腸を刺激し便秘などの解消に、ビビタキは結腸の解毒に、アマラキは強力な抗酸化剤であり、結腸の水分のバランスを保つように働きます。トリファラは消化、吸収、除去をバランスよくサポートするデトックス用ハーブです。下剤や利尿剤などにみられる身体のバランスを崩すようなマイナス因子はありません。100%安全でボディ組織の再編成を更生し最大限にサポートします。

デトックス(体内浄化)として、現代社会に生きる人間は、否が応でも生活を通して有害物質である「毒素」摂取して生活しています。「毒素」の中にも排泄される物質もあれば、そのまま体内に残留してしまう物質があり、ホルモンのバランスやDNAの構造までもに影響のあるものもあり、あらゆる疾病の原因になります。毒素を単に取り除く体内浄化(クレンジング)のみならず、(最高の健康)を手に入れるために開発されたサプリメントです。最高の働きが出来るように配合されているされています。「体に害のある毒素を取り除き、体に必要な栄養素をしっかり吸収」することができる有害物質にさらされている現代人必須のサプリメントです。



大風子(Jangli Almond, *Hydnocarpus laurifolia*) Tuvakara. ビルマ、アッサム(インド北東部)に生える高木で、ワイティアナと関係が深い。薬用として生薬名をダイフウシと呼び種子から油などを採り利用されている。大風子(Chaulmoogra oil)はハンセン病の治療薬として数世紀にわたって使われてきた。また、梅毒、リューマチ、瘰癧、結核の治療にも使われた。江戸時代に中国から伝わったといわれています。大風子というのは、熱帯や亜熱帯地方に自生するイギリ科の植物で、直径10センチほどの実をつけ、中には小さな種子がたくさん詰まっています。この種子をしぼった油が大風子油です。これはハンセン病の唯一の治療薬として、主に筋肉注射で投与されていました。



Chaulmoogra Oil made with 100% Tuvakara oil is a miracle remedy for most skin diseases including most cases of atopic dermatitis. Gentle on your skin, it will not irritate like steroid creams. Simply dab a little on some cotton and treat the effected area then cover with a clean cloth. Repeat as often as necessary or according to the guidance of your health-care giver. Active ingredients—*Hydnocarpus laurifolia* (Jangli Almond)



Baidyanath Chaulmoogra Tail (100ml) BCT100 ¥1,800

Dabur Tuvakara Oil (60ml) DTO60

Yoga Therapy

ヨーガ・セラピーとは？

ヨーガ・セラピー（ヨーガ療法）は、インドをはじめアメリカやヨーロッパ世界各国の専用施設や病院のなかで行われているヨーガの体操法や智慧などを用いてつくられている心理療法で、人間を全体的に、そして根本的に考え、認知療法を行いながらストレスマネジメントをしていく技法です。

インドでは病院においてもヨーガセラピー（療法）科があり、通常の医療と同時にし治療効果をあげています。

腰痛、肩こり、生活習慣からくる不調、消化器系疾患、婦人科系疾患、高血圧、自律神経失調症、更年期障害、パニック症候群、神経症、摂食障害、うつ症状、そのほか色々な症状に対しても症状緩和に有効だとされています。

私たちは毎日、いろいろな出来事に対処するために、心と頭を忙しく使っています。

現代人の生活は時間に縛られ、あっという間に一日が過ぎていきます。そのような毎日の中で自分のリズムを保つことはなかなか難しく肉体的にも、精神的にも負担がかかり、ストレスをつくってしまいます。このストレス社会では、ストレスとの関わり方はきわめて重要です。ストレスは、人間の中に備わっている防衛本能ではありますが、ヨーガ・セラピーの考え方では、いき過ぎたストレスは不調和を意味します。不調和とは、苦痛です。苦痛とは肉体と精神の次元から見れば、心身の働きの速度が、速すぎる状態です。

ヨーガ・セラピーでは、ヨーガの種々の技法によって肉体、知覚、感性、知性、宗教性というあらゆる次元に加えられる、さまざまな刺激（緊張）と弛緩によって、その次元の内側にあるアンバランスさに気づき、バランスをとることで、本来の調和の状態を取り戻し、ストレスを緩和していきます。

ヨーガセラピーでのアーサナ（体操法）は、サイコセラピー（心理療法）・認知療法ですので、気づきを得やすいように終始、できるだけ両目を閉じて行い、暴走した心理作用にブレーキをかけるために、体の動きはできるだけゆっくりと行い、姿勢の保持もゆったりとした意識で行います。

体内からの各種の反応（血圧、血流、神経など）の変化に意識を集中させながら行うことで、体の内部情報への意識化の訓練となり、いずれは自分自身の意識作用をコントロールする能力を身につけていきます。

ヨーガ・セラピーでは、ヒアリングやカウンセリング等を行いながら、インド中央政府科学技術省に認定されているヨーガ・セラピー研究財団である「ヴィヴェーカーナンド・ヨーガ研究財団」より認定されたヨーガセラピストが個人にあった個別のヨーガプログラムを作り、状態に応じてメニューを調整しながら心身の不調和の改善をお手伝いしていきます。

ヨーガ・セラピーの疾患に対する考え方例。

更年期障害

更年期障害とは、自律神経失調状態に陥ります。

自律神経は、視床下部（自律神経系を司る働きと、内分泌系のホルモンを出す働きと、感情を司るところが一体化して

いる脳の部分）にあり、女性が更年期を迎え、女性ホルモン・エストロゲンが急にでなくなると交感神経が「女性ホルモンが出てない！出てない！出せ！出せ！」と騒ぎ出すのが自律神経の失調状態です。このため全体がくるっってしまう色々な症状が出てきます。

ヨーガ・セラピーでは呼吸法を使い、自律神経失調を緩和していきます。なぜなら呼吸だけが視床下部と直接つながっているの、視床下部に直接手を入れてコントロールすることが可能だからです。

呼吸を正常にすることで自律神経もうまく働くようになり、更年期障害の緩和に役立つと考えています。

また、更年期の場合には仮面うつの場合もありますが、その場合もヨーガ療法では、認知向上療法などで心根を自分でコントロールしていきますので、とても有効であると考えています。



Enjoy a nice cup of tea!

Kapha Tea—A delicious spice tea for balancing kapha. It contains Mulethi, Tulsi, Vasak, Sonth & Elaichi (100g)

GCKT100 ¥700

Vata Tea—A warming and soothing tea, for balancing vata. It contains Devdaru, Bala, Aiwain, Jatamansi & Lavang. (100g)

GCVT100 ¥700

Pitta Tea—A delicate mixture for balancing pitta. It contains Chandan, Safed, Lal, Khus, Arjun & Sonth. (100g)

GCPT100 ¥700



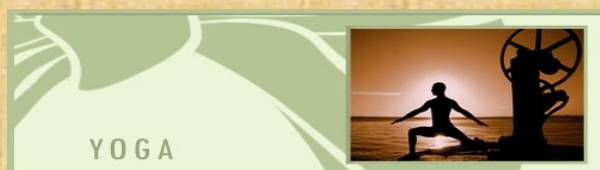


High Blood Pressure

・高血圧

西洋医学が考える高血圧の原因は、遺伝やストレス、喫煙、肥満や高脂肪摂取、糖尿病、などが原因で高血圧になると考えます。ヨーガ・セラピーが考える高血圧の原因は、感情の起伏、(ストレス)心のスピードが速くなると、高血圧になると考えます。例えば、「〇〇を10回やって下さい」というと「10回やると効果が出る」と思うから速くやってしまう。高血圧になってしまう人の性格傾向として、結果を求めてしまうため、一所懸命がんばって速くやる。よって、緊張する傾向の人が多くなると考えます。ヨーガ・セラピーの治療法は、そういった緊張して心のスピードが速くなっているのをほぐし、リラックスさせることが重要であると考えます。

緊張をほぐすには、一度、きちんと力を抜く必要がありますが、ただリラックスしろと言われても、リラックスはできるものではありません。そしてまた、ただ寝ることもリラックスではないと考えています。ヨーガ・セラピーではリラックスのテクニックを使い、しっかりリラックスさせていきます。それにはサイクリックメディテーション、呼吸法(ゆっくりとした深い呼吸・ブリージングエクササイズ)、ヨーガ療法のためのアーサナ(ヨーガの体操法)が良いとされています。また、ヨーガの智慧を用いて、否定的な感情を肯定的な感情に変換し意識を変え、根本から高血圧の原因を取り除いていくのがヨーガ・セラピーの治療法で



UMA Group ヨーガ教室

☑ConsciousYoga☑



神奈川県湘南エリア、江ノ島、片瀬にてヨーガ教室を行っております。

体操法、呼吸法、瞑想を通して心と身体のバランスを整えていきます。

初めての方、身体の硬い方、年齢、性別を問わずに楽しめるヨーガ教室です。

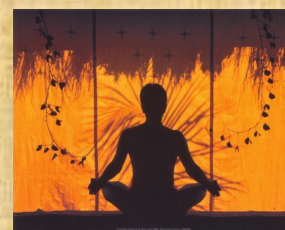
リラックスできるヨーガをはじめ、子連れOKヨーガ、マタニティヨーガ、アクティブなヨーガなどご自分にあったスタイルでヨーガをお楽しみいただけます。

また、ご自宅、お仕事先、幼稚園、学校等 出張レッスンをお引き受けしております

Tel/Fax: 090-9362-5868

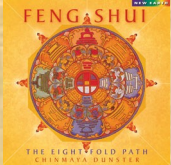
Email: Yoga@umamaya.com

URL: www.umamaya.com

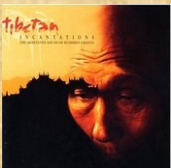


専門と一種類の製品

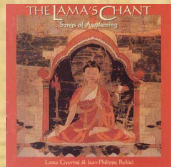
在庫を問い合わせのため、電話やメールをください！



Feng Shui: The Eightfold Path (CD)—シンマヤ・ダンスター氏 (Chinmaya Dunster) が仏教の東の土地が持つ神聖な音楽を世界中のアコースティック楽器等とブレンドした — インドのサロードとサントール、ケルトのハーブ、笛やギターなど、聴者の風水やインナースペースを呼び起こす為の音楽です。Id# AJCDFS01 ¥1,300 (在庫：1)



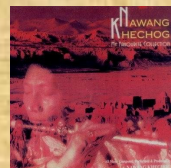
Chants of Tibet: The Meditative Sound of Buddhist Chants (CD) このアルバムに含まれた音楽は、信仰的と慈悲深い、強力と瞑想的な、古代チベットの人々の生活を反映するもの。これには六字大明呪 (Om Mani Padme Hum) や聖観音のマントラ (Mantra of Avalokitevara) も含まれています。Id# AJCDCT02 ¥1,300 (在庫：2)



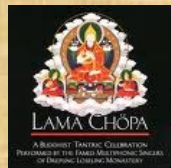
The lama's Chant: Songs of Awakening (CD) Lama Gyurme (ラマ・ギュールメ) と Jean - Philippe Rykiel (ジャン=フィリップ・リキエル) が演奏した長寿の祈りやパドマサンバヴァのマントラ、金剛杵・ヴァジュラのメロディー、その他の音楽です。Id# AJCDLC03 ¥1,300 (在庫：4)



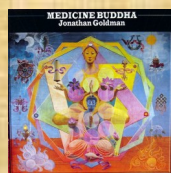
Mudra (CD) Prem Joshua (プレム・ジョシュア) が竹笛、シタール、サントールなど、エキゾチックな古代楽器の魔法と現実性を現代のグルーヴと組み合わせたミュージック。とても 踊りやすく、活気的かつ恍惚な音楽。Id# AJCDM04 ¥1,300 (在庫：2)



Nawang Khechog: My Favourite Collection (CD) 平和の音どう聞こえるんでしょう？著名な音楽家兼元仏教の僧侶が彼の生涯の事業としてこの質問に答えてくれました。彼のチベット竹笛からNawang(ナワング)が誘起するのはチベットの幸せの平穏、そしてこの世に癒しの瞑想を届けました。Id# AJCDNK05 ¥1,300 (在庫：2)



Lama Chopa (CD) 仏教のタントラ祝典、有名なデプン寺 (Drepung Loseling Monastery) のマルチフォニック歌手たちによる出演です。Id# AJCDLC06 ¥1,300 (在庫：1)



Medicine Buddha (CD) 癒し音の権威者、そして倍音のパイオニア、Jonathan Goldman (ジョナサン・ゴールドマン) が提供した大医王仏 (Medicine Buddha) のマントラと般若心経。Id# AJCDMB07 ¥1,300 (在庫：1)

Buyer be aware—CDs have been purchased in India for resale. They are more than likely local reproductions. The cases and contents are pristine, but outer wrapping shoddy. Still, the music is sublime!

全品国産品にこだわった他店には真似できない独特のラインナップ

Call or write to inquire about inventory!



サマンタパトラ **primordial Buddha** は人々に対する慈悲の心と深く結び付けられて考えられており、スートラを守護する存在として知られています。サマンタパトラはあらゆるすべてのものの先例であり、実体の広がりです。サマンタパトラは現世の完全なるものにおける存在と静止を支配しています。

(77cmX47cm、シルクブロケード付き) **Id# AJTSB01 6300円 (在庫数：1)**



薬師如来として知られるバイシャジャ・グル「**Menla**」は、人々の煩惱の救済者であり、輪廻の苦しみから人々を救う信頼のおけるヒーラーです。

(100cmX60cm、シルクブロケード付き) **Id# AJTBG02 8,800円 (在庫数：1)**



グリーンターラ「**Syamatârâ**」はあらゆる仏による救済を具現化したものです。グリーンターラは私たちが悟りの本質の頂きに到達する手助けをします。彼女は遮るもののない慈悲の救済を司るカルマの家系の一員です。救済を求める人々に対しての素早い慈悲により、グリーンターラは「**Swift One**」として知られています。グリーンターラは偉大なる解放の母としても知られています。彼女は最も困難な状況を克服する力（この力は危険やあらゆる種類の恐れから人々を守ります）の所有者としても有名です。

(125cmX65cm、シルクブロケード付き) **Id# AJTGT03 17,000円 (在庫数：1)**



White Tara is often referred to as the Mother of all the Buddhas; she represents the motherly aspect of compassion. Her seven eyes (three on her face, one on the palm of each hand, and one on the sole of each foot) symbolize the vigilance of her compassion. Seated in the meditation posture, her right hand is in the gesture of supreme generosity and her left holds the lotus of compassion with the mudra of the three jewels (Buddha, Dharma, Sangha). White Tara brings the devotee long life and protects against all dangers. **Id# AJTWT04 ¥14,000 (1 in Stock)**



Avalokiteshvara is the Bodhisattva of the Great Compassion, accepted by all Buddhist traditions and famously known as Kuan Yin [a feminine form] by the Chinese. His vast vow is to deliver all sentient beings from falling into evil states and lead them towards salvation or enlightenment. He is represented by the seed mantra OM MANI PADME HUM and moves in all realms of existence tirelessly relieving beings from suffering.

(62cmX40cm incl. silk brocade)

Id# AJTAK05 ¥5,700 (1 in Stock)



Wheel of Life: "Bhavacakra" illustrates the essence of the Buddhist teachings, the Four Truths: the existence of earthly suffering, its origin and cause, the ending or prevention of misery and the practice path to liberation from suffering.

(o6-Red Chakra 83cmX57cm incl. Blue silk brocade) (o7-Blue Chakra 67cmX46cm incl. Red silk brocade)

Id# AJTBCo6 ¥8,100 (1 in Stock) Id# AJTBCo7 ¥6,400 (1 in Stock)



Bardo Mandala: The **Bardo** is the world of the intermediate state through which the deceased wanders for forty-nine days before assuming a new existence in one of the six phenomenal worlds. During his wandering, the consciousness of the deceased experiences the Karmic effects of his former spiritual deeds which manifest as light, sounds or deities. Very rare style of gold and black brushed & polished with semi-precious stones to create color without paint. (o8-Single Chakra-71cmX42cm incl. silk brocade) (o9-Five Chakra-67cmX40cm incl. silk brocade)

Id# AJTBMo8 ¥7,700 (1 in Stock) Id# AJTBMo9 ¥7,700 (1 in Stock)



Phone/Fax: +81-467-26-0488
Mobile: 090-6162-1468
E-mail: Info@umamaya.com
HP: www.umamaya.com

Uma Maheshwar Pvt. Ltd.
A-1, Gujranwala Town, Part -1,
New Delhi - 110009 इन्द
Phone: +91-11-42381038
Mobile: +91-9899547557
Phone/Fax : +91-11-42381039