



**Bodhi Ayurveda**  
Praktijk voor Ayurveda en  
Holistische therapie  
Lepelaar 6  
1261 RN Blaricum  
06 19 56 11 49

BATC beroepsregistratie nummer: BR-02598  
Koepel NAP licentiecode: 240322  
AGB Zorgverlenerscode: 90105447  
AGB Praktijkcode: 90064726  
Klacht en Tucht recht: KB 1703.2189



### **Ayurveda en de 5 natuurgerichte principes**

Ayurveda is één van de oudste geneeswijzen ter wereld. Het komt oorspronkelijk uit India en wordt al meer dan 5000 jaar beoefend. In 1977 is Ayurveda door de World Health Organisation (WHO) officieel als geneeswijze erkend. In Nederland valt het onder natuurgeneeswijze, omdat er bij behandeling vooral gebruik wordt gemaakt van dieet, kruiden, lifestyle adviezen, behandelingen en consulten waarin naar de oorzaak van de ziekte wordt gezocht door middel van counseling.

### **Energie**

De Ayurveda werkt met verschillende soorten energieën: Vata (akash en vayu), Pitta (tej en jala) en Kapha (jala en prithvi). Het is belangrijk om een goede balans tussen die drie te vinden en blokkades weg te nemen, zodat er een goede doorstroom kan plaats vinden.

### **Prikkeloverdracht**

Ayurveda werkt op diverse systemen van het menselijk lichaam en de geest. Bijvoorbeeld op het hormonale stelsel, het zenuwstelsel en het spijsverteringsstelsel. Doel is om blokkades weg te nemen, toxines te laten oplossen en afvoeren en de balans te herstellen, zodat deze systemen optimaal kunnen werken en er gezondheid is van lichaam en van geest.

### **Drainage**

Door verkeerde voeding, gedachten of leefwijze kunnen toxines ontstaan, die de lichaamskanalen kunnen blokkeren. Ayurveda spoort die blokkades op, lost ze op en voert de toxines af, zodat de natuurlijke balans kan worden hersteld.

### **Voeding**

Goede voeding zorgt voor de juiste bouwstoffen voor lichaam en geest en daardoor voor lichamelijk en geestelijke gezondheid. Welke voeding voor welke persoon goed is, hangt af van zijn of haar Prakriti en/ of onbalans. Voeding is hierin niet alleen de fysieke voeding, maar ook de manier waarop iemand eet, en alles wat iemand geestelijk tot zich neemt en zijn of haar gedachten.

### **Psyche**

In de oorzaak van onbalans en ziekte ligt vaak een psychisch aspect. Daarom is alleen een lichamelijke behandeling niet voldoende om echt te genezen. Het is belangrijk om te achterhalen welke emoties, gedachten en patronen er een rol spelen. Waar is de patiënt van zijn eigen pad afgeraakt? Door hiervan bewust te worden en de patronen te doorbreken, zal de genezing langdurig zijn.

**Bodhi Ayurveda is als natuurgeneeskundige praktijk geregistreerd bij de Kamer van Koophandel onder KvK nummer 67834396 met BTW nummer NL170427523B02.**