



MEDICINA AYURVEDA

Dr. Christopher Ureña Chacón



#ZriiLifeStyle

MENTOR OF THE
BILLION
Money Coach

"HAS CAMBIADO..."

LO SÉ, GRACIAS

@MentorOfTheBillion



AÚN NO SOY LA PERSONA QUE QUIERO SER,
PERO GRACIAS A DIOS NO SOY QUIEN SOLÍA SER

MEDICINA CONVENCIONAL



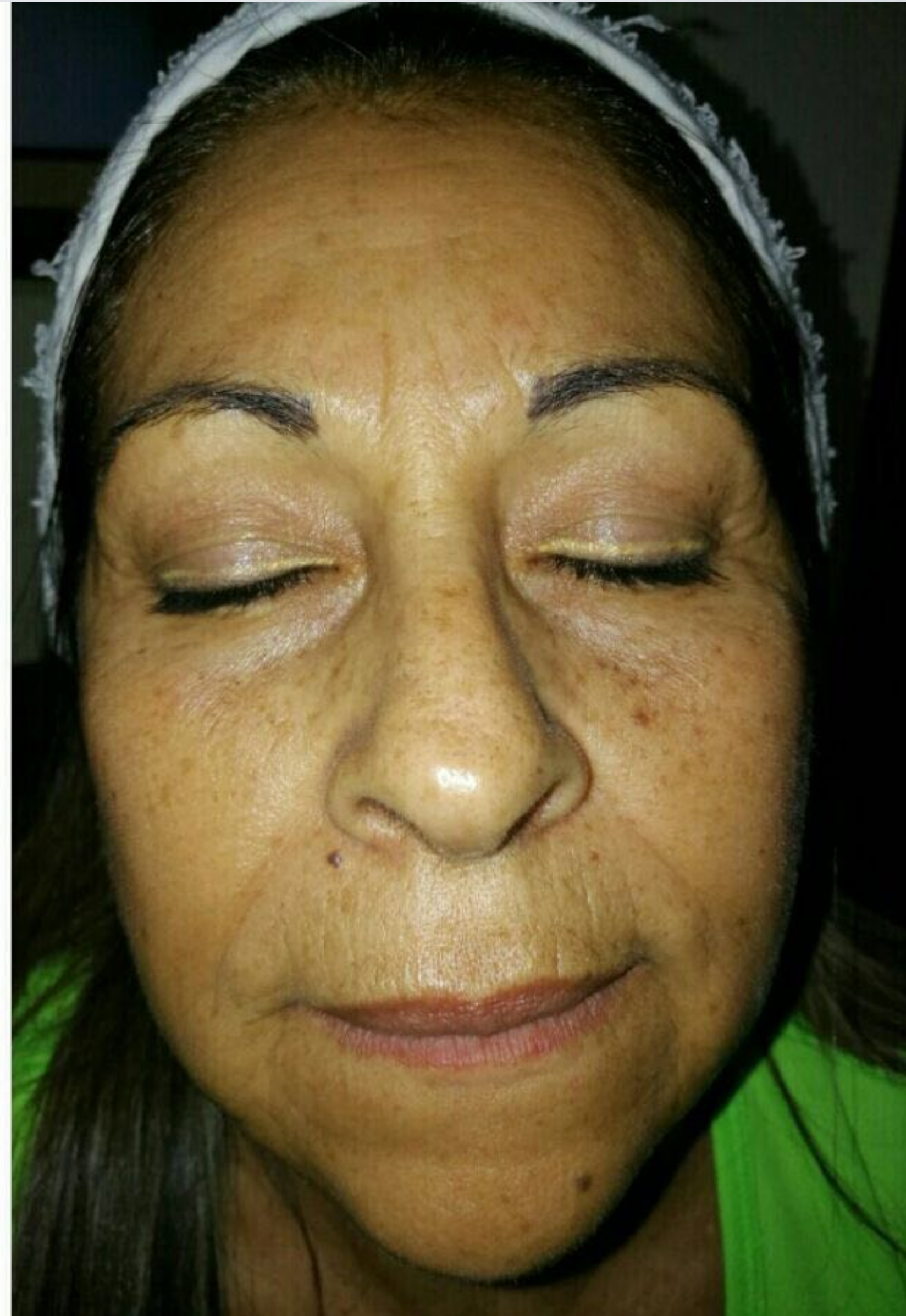
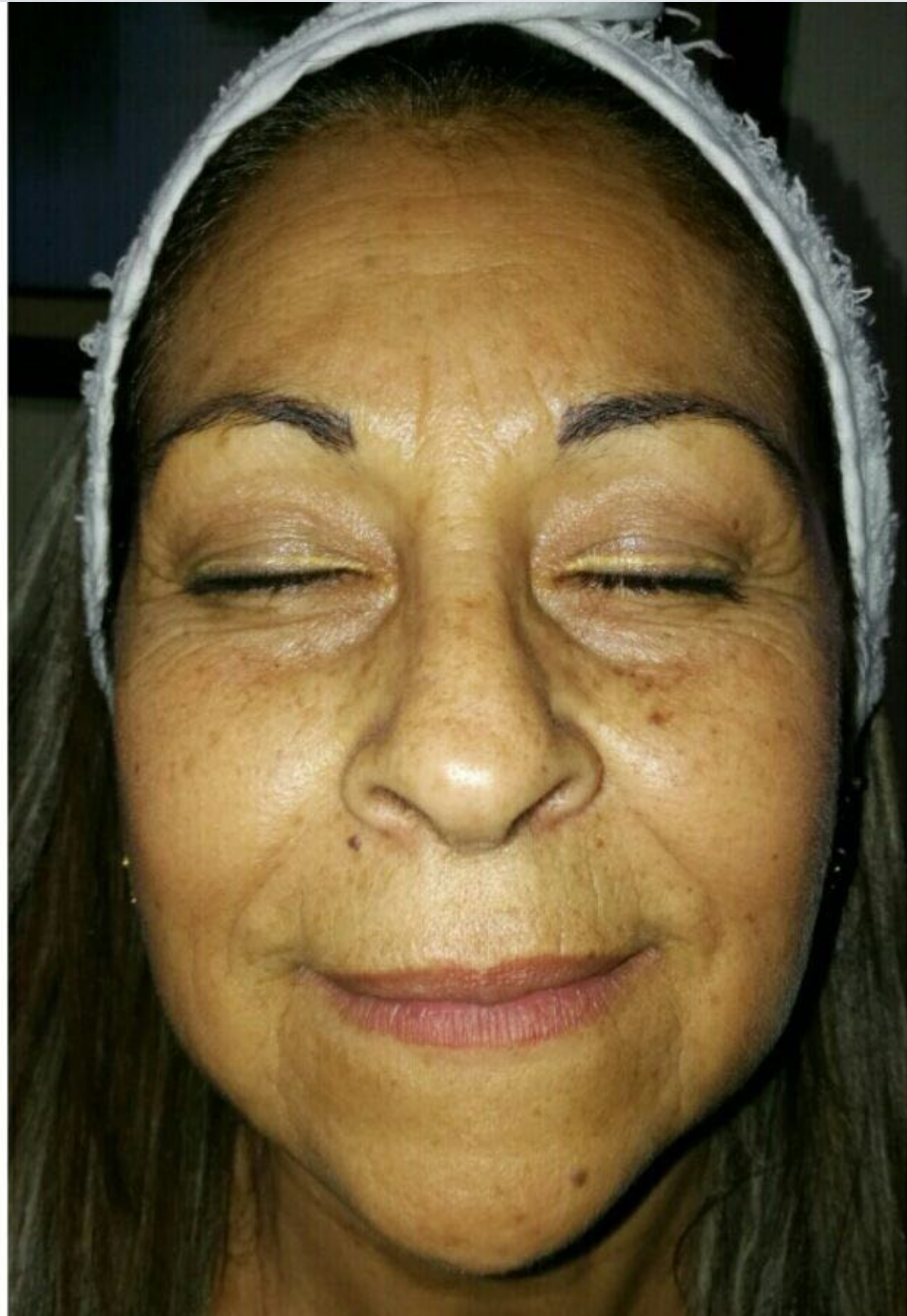
SALUD PÚBLICA



MEDICINA AYURVEDA

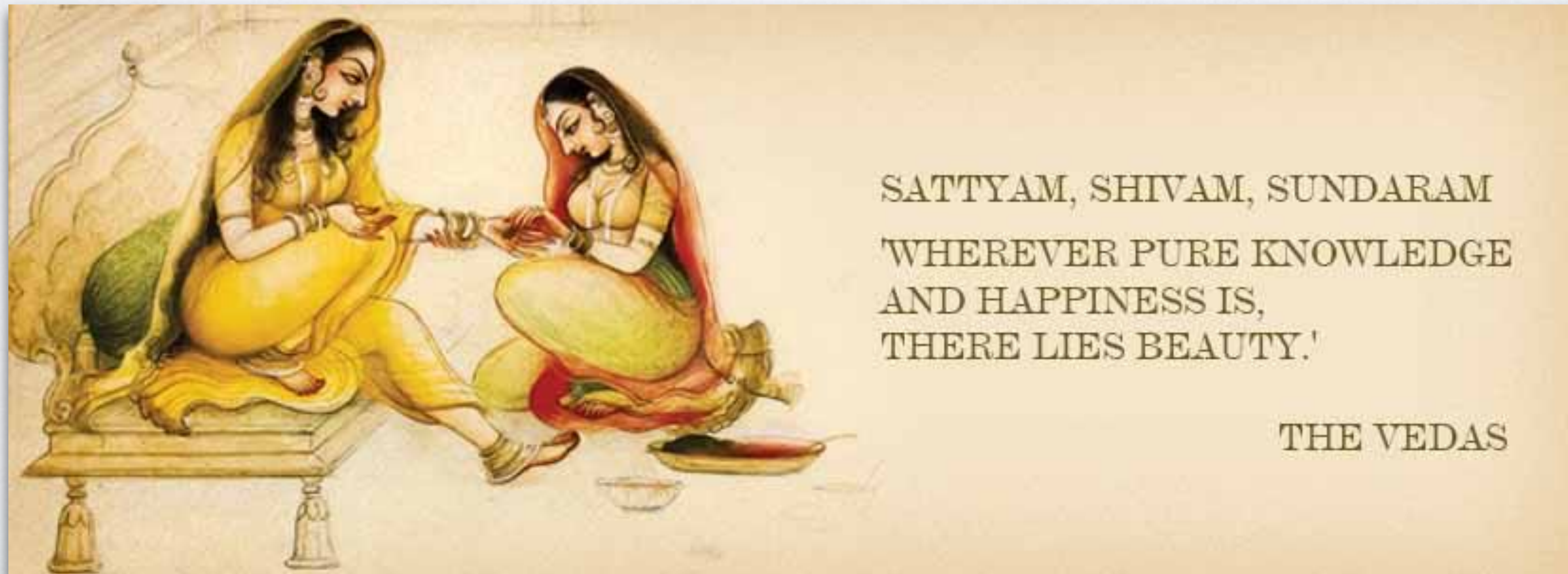






MEDICINA AYURVEDA

AYURVEDA



SATTYAM, SHIVAM, SUNDARAM
'WHEREVER PURE KNOWLEDGE
AND HAPPINESS IS,
THERE LIES BEAUTY.'

THE VEDAS

AYUS, VIDA

VEDA, CIENCIA

CONOCIMIENTO DE LA
DURACIÓN DE LA VIDA

CONOCIMIENTO DE LA DURACIÓN DE LA VIDA

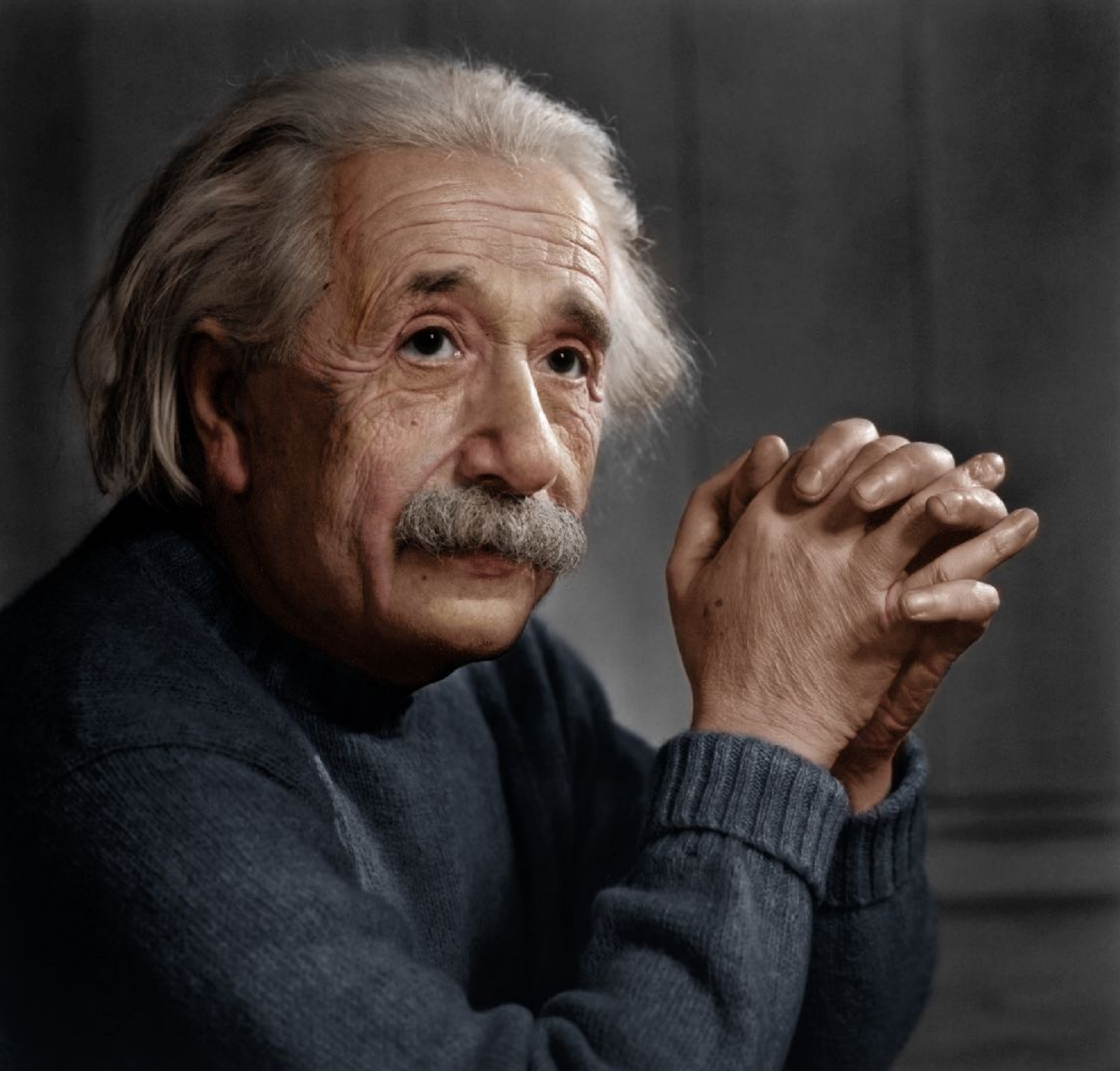
“Propósito es: enseñarnos a influir en nuestra vida, a darle forma, prolongarla y, finalmente, controlarla sin interferencias producidas por la enfermedad o la vejez”

Sabiduría
antigua

The logo consists of a large, light red, stylized shape resembling a flower or a scalloped circle. Inside this shape, the word "zijii" is written in a white, lowercase, sans-serif font. The letters are bold and modern. A small registered trademark symbol (®) is located at the bottom right of the word.

zijii®

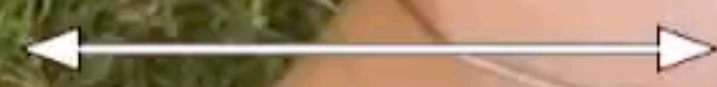
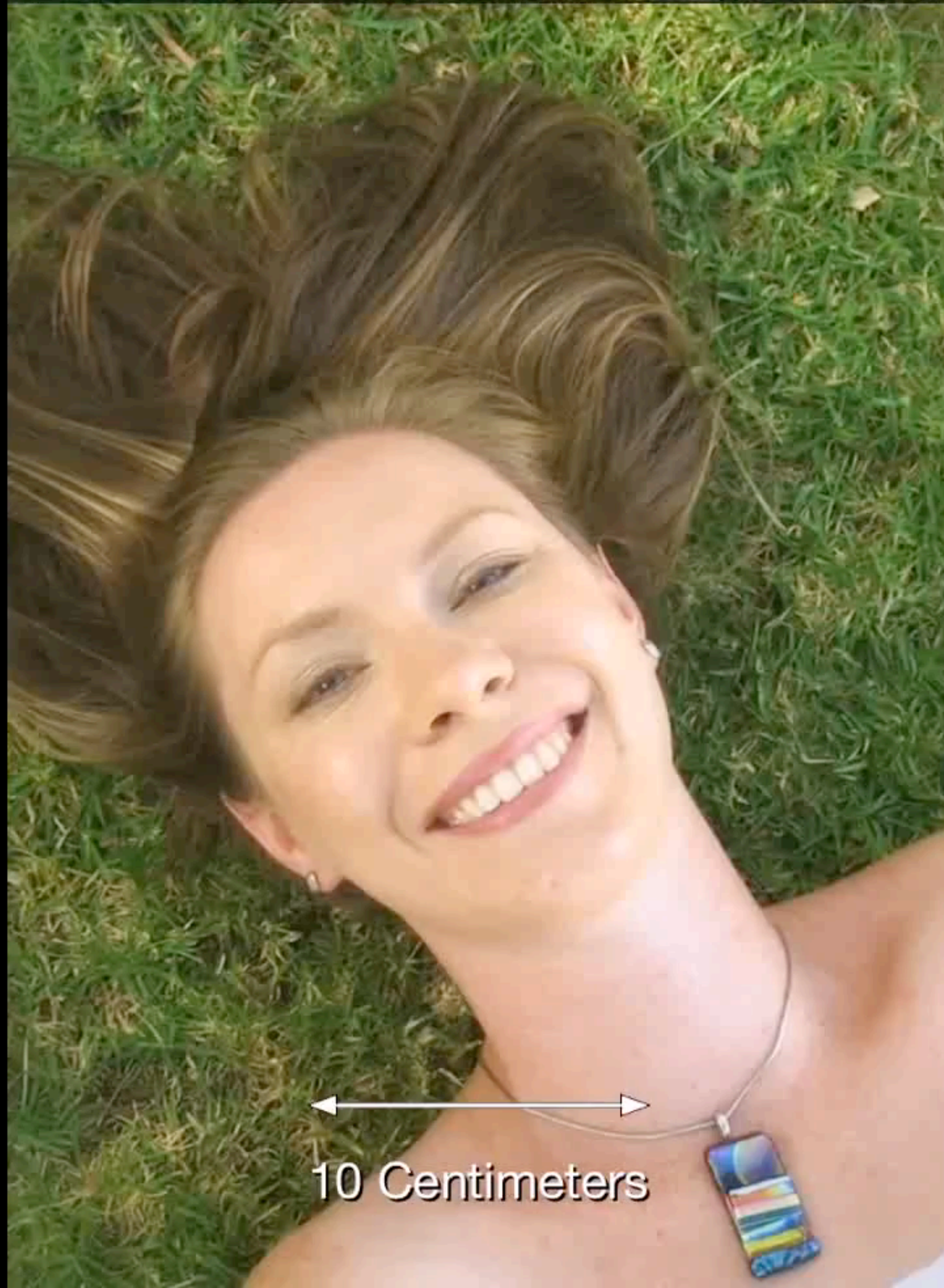
Ciencia
moderna



SEGÚN LA FÍSICA:

La estructura básica de la naturaleza se encuentra en el nivel cuántico, mucho más allá de los átomos y las moléculas

Smiling Face



10 Centimeters

CUERPO HUMANO MECÁNICO CUÁNTICO

- Todos los quantums están compuestos por vibraciones invisibles
- El CHMC es la base que sustenta todo lo que somos: pensamientos, emociones, proteínas, células, órganos, sistemas...

¿PORQUÉ NOS INTERESA ESTO?



El ayurveda es una tecnología que nos permite entrar en contacto con el nivel cuántico de nuestro interior

El ayurveda es una tecnología que nos permite entrar en contacto con el nivel cuántico de nuestro interior



“...cualquier parte del cuerpo se puede cambiar con el destello de una intención...”

An anatomical illustration of a male and female human body, showing the musculature and internal organs. The male figure is on the left, and the female figure is on the right. The female figure has yellowish, textured breasts. The text is overlaid on the image.

El cuerpo humano es como un río

Cada año, el 98% de los átomos del
cuerpo se renuevan

El dominio de este torrente constante
de cambio radica en el nivel cuántico
del sistema mente - cuerpo

PRAKRUTI

PRAKRUTI

Nuestro cuerpo sabe qué le conviene y qué lo perjudica

La naturaleza proporciona a cada persona un proyecto propio y único:
tipo físico

La medicina occidental trata enfermedades, no enfermos



PRAKRUTI



La primera pregunta que se plantea en la ayurveda no es “¿qué enfermedad padece mi paciente?”, sino: “¿quién es mi paciente?”

¿PORQUÉ ES IMPORTANTE CONOCER EL TIPO FÍSICO?

1. El germen de la enfermedad se siembra temprano
2. La prevención basada en los tipos físicos es más específica
3. Los tratamientos que tienen en cuenta los tipos físicos son más precisos, una vez que se declara la enfermedad



El ayurveda dice que la interconexión entre cuerpo y mente, se da en un espacio ocupado por 3 principios operativos:

DOSHAS



VATA

Controla el movimiento

PITTA

Controla el metabolismo

KAPHA

Controla la estructura

Se necesita de los 3 para construir un cuerpo humano

VATA

PITTA

KAPHA

Los 3 deben estar equilibrados para tener salud

VATA

- Característica central: variabilidad
- Físico delgado y liviano
- Realiza sus actividades muy deprisa
- Apetito y digestión irregulares
- Sueño ligero, insomnio
- Cambia de humor fácilmente
- Propensión al estreñimiento
- Se cansa con facilidad
- La energía física y mental viene en oleadas
- Entusiasta, creativo
- Tendencia a preocuparse
- Olvidadizo

VATA

- Seco
- Móvil
- Frío
- Liviano
- Cambiante
- Sutil
- Áspero
- Rápido

VATA

- Es el primero que se desequilibra
- Es vital mantener este dosha equilibrado
- Cuando está equilibrado, los demás también lo están

PITTA

- Característica central: intensidad
- Constitución mediana
- Caracter emprendedor
- Amante de los desafíos
- Intelecto despierto
- Hambre y sed considerables
- Tendencia hacia el enfado
- Tez pálida
- Aversión al sol y al calor
- Habla precisa y buena vocalización
- No puede saltarse comidas
- Buena digestión

PITTA

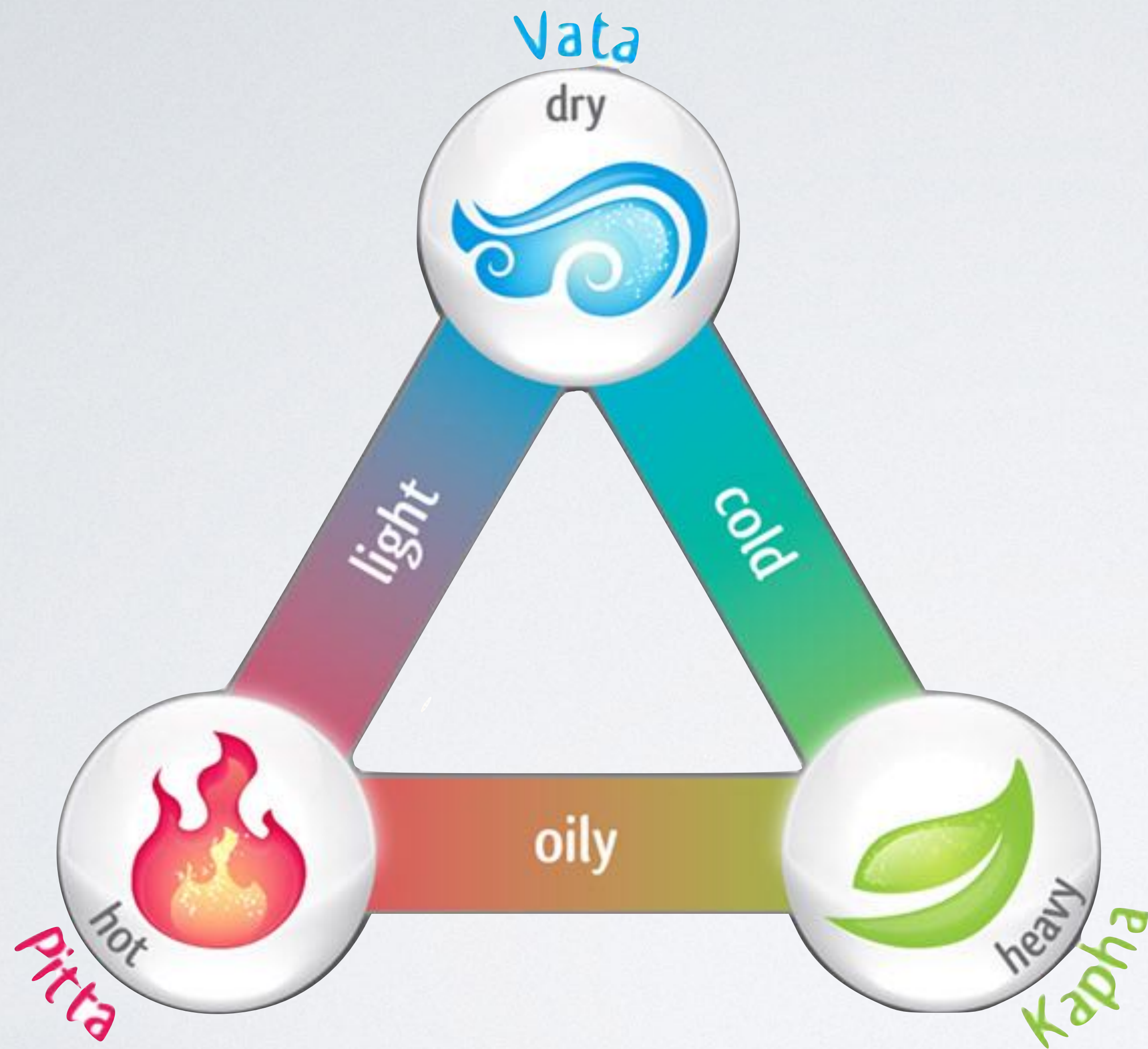
- Caliente
- Agudo
- Liviano
- Húmedo
- Ligeramente oleoso
- Fluído
- De olor acre

KAPHA

- Característica central: relajación
- Constitución sólida y robusta
- Lentos y elegantes
- Personalidad tranquila y relajada
- No se enfadan con facilidad
- Lentitud para asimilar información nueva
- Buena retentiva
- Sueño pesado y prolongado
- Tendencia a la obesidad
- Digestión lenta
- Afectuosos, tolerantes, perdonan con facilidad
- Tendencia a ser posesivos y a despreocuparse

KAPHA

- Pesado
- Frío
- Oleoso
- Dulce
- Estable
- Lento
- Suave
- Pegajoso
- Opaco
- Liso



Si hacemos felices a nuestros doshas, nosotros seremos felices.

Nadie puede estar sano en estado de desequilibrio, sencillamente porque no es natural.

¿CÓMO EQUILIBRAR LOS DOSHAS?

- Dieta
- Ejercicio
- Rutina diaria
- Rutina estacional



RASAYANAS

Hierbas ayurvédicas que coinciden específicamente con una vibración en el CHMC

AMALAKI AMLA DHATRI



“...que posee las cualidades curativas de una enfermera
o una madre...”

PRANAYAMA