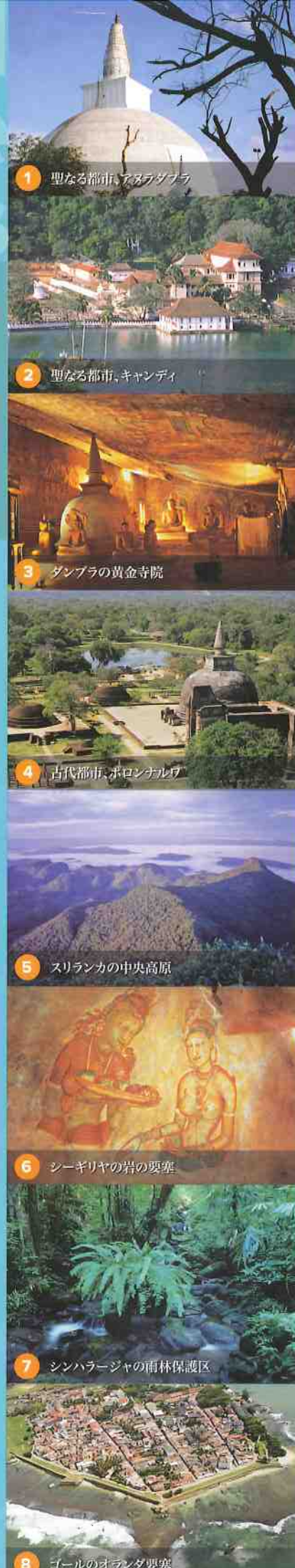


スリランカにある
8つの世界遺産

World Heritage Sites



Sri Lanka

スリランカ



天の建築家によって創造された奇跡の島を統治する偉大な王様であるラーヴァナについての伝説。彼は、偉大な学者で、アユールヴェーダの巨匠は、不滅のネクターを所持していた。彼の力は、彼の島であるスリランカを超えて、天国にまで届いた。

スリランカのアユールヴェーダは、長年にわたる実際的な知識と古代の知恵に基づいて、多様な生態系の豊かな植物区系から抽出され、科学によってかなえられる人々が生きるためのユニークな技術+。

スリランカを訪れて、そのユニークな健康法で、元気を回復してください。

*Ayurveda
of Sri Lanka*
スリランカのアユールヴェーダ



Natural Wellness



アユールヴェーダは、健康な生活や長生きするための心身全体のアプローチ。現代医療とは対照的に、体と心の両面を診断して治療するものです。スリランカのアユールヴェーダの中心となるものは、「トリドーシャ理論」。各個人の独自のパーソナリティを創る様々な強度を表す「ヴァータ、ピッタ、カパ」という三つのタイプのドーシャがあります。各自の自然なバランスからそれると、健康と幸福が影響を受けます。アユールヴェーダトリートメントは、最適で自然な健康を可能にするドーシャのバランスを保つためにおこなわれます。

Natural Healing



アユールヴェーダスパは、スリランカを訪れる人々の間で、ひじょうに人気があります。スリランカの多くのホテルやリゾートは、アユールヴェーダのパッケージも提供しています。アユールヴェーダは、伝統医療省によって管理されています。



アユールヴェーダという言葉は、古代の伝統に根ざした多様で膨大な数の施術を意味しています。この知恵は、伝統医療の医師の一族に何世紀にもわたって代々密かに伝えられていましたが、現在では、世界中に披露されています。スリランカのアユールヴェーダは、古代の賢者の知識に基づき、何世代にもわたる経験によって洗練され、現代世界のニーズにあわせて進化し、現在では、自然に近いものにすることが重要となり、これが実行されています。だからこそ、大変に人気があり、年間3百万人以上のスリランカ人がアユールヴェーダのトリートメントを受けています。

