

Liste der in der Āyurveda-Praxis durchgeführten **manuellen Therapieverfahren**

| | |
|----------------------|--|
| Abhyaṅga | āyurvedische Ganzkörpermassage mit ausgewählten Ölen |
| Śiro-Abhyaṅga | āyurvedische Kopfmassage mit ausgewählten Ölen |
| Mukha-Abhyaṅga | āyurvedische Gesichtsmassage mit ausgewählten Ölen |
| Kalari Uzhichil | kräftige Ganzkörper-Ölmassage aus der Tradition der südindischen Kampfkunst (Kalarippayattu) |
| Chavutti Thirumal | sehr kräftige Ganzkörper-Ölmassage durchgeführt mit den Füßen des Therapeuten (aus der Kalari-Tradition) |
| Udvaartana | Ganzkörpermassage mit trockenem Pulver |
| Utkarshana | Ganzkörpermassage mit feuchtem Pulver |
| Dhānyāmla Dhāra | Ganzkörperguss mit vergorenem Getreidewasser |
| Kashāya Dhāra | Ganzkörperguss mit einer Kräuterabkochung |
| Kshīra Dhāra | Ganzkörperguss mit mediziniertem Milch |
| Taila Dhāra | Ganzkörperguss mit ausgewählten Ölen |
| Pizhichil | Ganzkörper-Ölguss mit leichter Massage |
| Bāshpa-Sveda | Kräuterdampfbad im geschlossenen Kasten |
| Nādi-Sveda | lokale Anwendung von Kräuterdampf |
| Kshīra-Dhūma | lokale Anwendung von „Milch-Dampf“ |
| Avagāha | Kräuterbad |
| Patra-Pinda-Sveda | Kräuterbeutel-Massage |
| Cūrna-Pinda-Sveda | Pulverbeutel-Massage (mit trockener oder feuchter Hitze) |
| Bāluka-Pinda-Sveda | Sandbeutel-Massage |
| Jambīra-Pinda-Sveda | Zitronenbeutel-Massage |
| Śāshtika-Pinda-Sveda | Reisbeutel-Massage |
| Upanāha Sveda | großflächig aufgetragene Packung aus verschiedenen Kräutern, Ölen, u.a.m. |
| Śirodhāra | Stirnguss mit Öl |
| Takradhāra | Stirnguss mit mediziniertem Buttermilch |
| Śirobasti | Ölbad für den Kopf |
| Śiropicchu | lokale Ölaufgabe für den Kopf |
| Talam | auf das Kopfbereich aufgetragene Kräuterpaste |
| Talapottichil | auf die gesamte Kopfhaut aufgetragene Packung (u.a. mit Kräuterpulver, Buttermilch, usw.) |
| Nasya | āyurvedische Nasenanwendung |

* alle Behandlungen werden mit sorgfältig ausgewählten hochwertigen āyurvedischen Produkten durchgeführt!

| | |
|--------------|---|
| Dhūmapāna | Rauchziehen |
| Kabala | Ölziehen |
| Karnapūrana | āyurvedische Öl-Anwendung für die Ohren |
| Karnadhūpana | Rauchanwendung für die Ohren |
| Netratarpana | nährendes Ölbad für die Augen |
| Añjana | Anwendung āyurvedischer Augensalbe |
| Netraseka | reinigende Augenspülung |

Lokale Behandlungen des Bewegungsapparates

| | |
|----------------------|--|
| Grīvāvasti | lokales Ölbad für den Nacken |
| Jānuvasti | lokales Ölbad für das Knie |
| Katīvasti | lokales Ölbad für den (unteren) Rücken |
| Urobasti | lokales Ölbad für die Brust |
| Picchu | lokale Ölaufgabe |
| Lepa | lokal aufgetragene Kräuter-Packung |
| Marmāni-Lepa | lokal aufgetragene Harz-Kräuter-Packung (+Verband) |
| Marma Cikitsā | lokale Marma-Nādi Behandlung (meist mit Öl, oft auch mit einem Beutel) |
| Patra-Pinda-Sveda | lokale Kräuterbeutel-Massage |
| Cūrna-Pinda-Sveda | lokale Pulverbeutel-Massage |
| Jambīra-Pinda-Sveda | lokale Zitronenbeutel-Massage |
| Brimhana Pinda-Sveda | lokale Dinkelbeutel-Massage |
| Dhāra | lokaler Guss mediziniertes Flüssigkeit (Öl, Kräuter-Abkochung, usw.) über den betroffenen Körperteil |

* alle Behandlungen werden mit sorgfältig ausgewählten hochwertigen āyurvedischen Produkten durchgeführt!