

Indice

5	Prefazione
11	Prologo
15	Introduzione
21	LE ORIGINI
35	I FONDAMENTI. L'HUMUS CULTURALE E FILOSOFICO DELL'AYURVEDA
63	ANATOMIA E FISIOLOGIA AYURVEDICHE
99	LA VIA DELL'ALIMENTAZIONE
123	STILI DI VITA E SALUTE
155	LA SALUTE E LA MALATTIA IN AYURVEDA. ALCUNI RIMEDI SECONDO TRADIZIONE ED ESPERIENZA
209	Glossario
223	Bibliografia
225	Guida alla pronuncia. Note sulla traslitterazione e la fonetica