

PROGRAMA DO CURSO

Curso Semipresencial de Formação de Terapeuta Ayurveda Temas e objetivos

Módulo 1 – Introdução

- Demonstrar a visão do Ayurveda em relação aos conceitos de saúde e doença;
- Apresentar uma visão geral do Ayurveda sobre a constituição individual e os métodos utilizados;
- Apresentar o contexto histórico no qual o Ayurveda se desenvolveu e seu lugar dentro da Cultura Védica.

Módulo 2 - Os princípios filosóficos do Ayurveda I

- Apresentar o histórico da evolução do Ayurveda na Índia e em outros países;
- Descrever a literatura védica e o contexto do Ayurveda nesta literatura;
- Explicar o ponto de vista do Ayurveda sobre a estrutura do Universo e do ser humano.

Módulo 3 - Os princípios filosóficos do Ayurveda II: Gunas, Purusharthas e lei de causação

- Apresentar a influência das qualidades da matéria sobre o ser humano;
- Apresentar os objetivos da existência humana;
- Explicar as Leis de causa e efeito e suas influências sobre a saúde e a doença.

Módulo 4 - Anatomia e fisiologia Ayurvedicos I: Os Doshas, composição, qualidades, ações, localização e desequilíbrios

- Estudar a origem dos Doshas, sua composição, atributos, ações, localização e desequilíbrios

Módulo 5 - Anatomia e fisiologia Ayurvedicos II: Os atributos e os sub-Doshas de Vata, Pitta e Kapha

- Compreender as funções, localização, movimentos de Prana, Udana, Vyana, Samana e Apana;
- Noções dos desequilíbrios desses sub-Doshas de Vata;
- Compreender as funções, localização e noções de distúrbios de Sadhaka, Alochana, Pachaka, Ranjaka e Bhrajaka Pitta;
- Compreender as funções, localização e noções de distúrbios de Tarpaka, Bodhaka, Kledaka, Sleshaka e Avalambaka Kapha;
- Formação e funções de Prana, Tejas e Ojas.

Módulo 6 - Anatomia e fisiologia Ayurvedicos III: SAPTA DHATUS - Os sete tecidos do corpo

- Conhecer a composição e funções de cada tecido;
- Conhecer os tecidos acessórios (Upadhatu) e as excreções (Malas) de cada tecido;
- Compreender a biodinâmica da nutrição dos tecidos, com seus respectivos Agnis (metabolismo) e a respectiva interdependência entre os tecidos;

- Compreender a relação de cada tecido com seus respectivos aspectos psicológicos;
- Saber reconhecer os estados de excesso, deficiência e bom funcionamento de cada tecido;
- Compreender a formação de Ojas como a quintessência do metabolismo de todos os tecidos e, especialmente, de Sukra.

Módulo 7 - Anatomia e fisiologia Ayurvedicos IV: O sistema de canais do organismo – Srotas

- Introduzir o conceito de fluxo de nutrientes e dejetos pelo corpo através de uma rede complexa e extensa de canais;
- Demonstrar a correspondência entre os canais do corpo físico com os canais do corpo energético e do corpo mental;
- Descrever cada sistema de canais como sistemas de órgãos do corpo;
- Breve descrição da anatomia e fisiologia de cada sistema;
- Noções de distúrbios de fluxo de cada sistema.

Módulo 8 - Anatomia e fisiologia Ayurvedicos V: Agni e Malas - O metabolismo e a excreção

- Introduzir o principal conceito ayurvedico para a saúde: Agni (o fogo digestivo);
- Aprender a identificar os 13 Agnis existentes em nosso organismo;
- Compreender como se forma Ama – as biotoxinas;
- Compreender os conceitos de digestão primária, secundária e terciária;
- Diagnosticar, sintomaticamente, os quatro estados do Agni em uma pessoa.

Módulo 9 - Anatomia e fisiologia Ayurvedicos VI: Kalas, Órgãos e Veja

- Conhecer as membranas que revestem os tecidos e suas funções;
- Conhecer a visão do Ayurveda sobre os órgãos do corpo e suas relações com os Doshas;
- Reconhecer as necessidades naturais da pessoa e os distúrbios provocados pela contenção das mesmas.

Módulo 10 - Nidana e Pariksha - Mecanismos das doenças e diagnóstico Ayurvédico I: O processo da doença (Nidana)

- Conhecer a dinâmica dos Doshas como acúmulo, agravação e alívio;
- Reconhecer a influência de fatores internos e externos nesta dinâmica;
- Ciclo da digestão, do dia e anual;
- Predomínio dos Doshas em cada fase da vida;
- Estudo das 6 fases das doenças.

Módulo 11 - Nidana e Pariksha - Mecanismos das doenças e diagnóstico Ayurvedico II: O exame da doença (Vikriti e Pariksha)

- Ao final deste módulo o aluno deverá estar apto a identificar:
- Estados de excesso e deficiência de cada Dosha;
- Sintomas dos Doshas agravados;
- Condições dos Doshas agravados sem Ama (nirama) e com Ama (Sama);
- Os sinais e sintomas dos estados de agravação de cada Dosha em cada Mala, cada tecido e cada Srota.

Módulo 12 - Nidana e Pariksha - Mecanismos das doenças e diagnóstico Ayurvedico III: Exame constitucional e exame físico

Habilitar o aluno a:

- Fazer o diagnóstico da constituição individual baseado nos Doshas;
- Fazer o diagnóstico da natureza mental;
- Aprender os princípios do exame de pulso, língua e abdome.

Módulo 13 - Nutrição Ayurvédica I

Habilitar o aluno a:

- Reconhecer a prioridade da alimentação nos programas ayurvedicos, tanto na manutenção da saúde como na cura de doenças;
- Reconhecer o modelo que o Ayurveda utiliza na escolha dos alimentos;
- Identificar Rasa, Virya, Vipak, Prabhava e Gunas dos alimentos;
- Individualização do cardápio de acordo com a constituição individual e os desequilíbrios;
- Individualização do cardápio de acordo com outros fatores como idade, estado do Agni, local, estação do ano.

Módulo 14 - Nutrição Ayurvédica II

- Conhecer as regras para a escolha do cardápio apropriado de acordo com os alimentos, clima, estado do Agni, constituição, lugar e modo de preparo;
- Conhecer as incompatibilidades entre os alimentos;
- Conhecer os antídotos dos alimentos para o seu preparo;
- Conhecer detalhes das características de cada alimento, seus atributos, compatibilidades e uma lista, extremamente útil, dos vários itens da alimentação.

Módulo 15 - Fitoterapia Ayurvédica I

- Conhecer as regras para a escolha do cardápio apropriado de acordo com os alimentos, clima, estado do Agni, constituição, lugar e modo de preparo;
- Conhecer o ponto de vista ayurvedico sobre as ações das ervas medicinais;
- Fundamentos do uso das ervas medicinais para o sistema digestivo;
- Panchakashaya: as manipulações básicas;
- Apresentação dos medicamentos ayurvedicos.

Módulo 16 - Fitoterapia Ayurvédica II

- Conhecer os aspectos ayurvedicos das ervas medicinais mais comumente utilizadas com uma ficha contendo, de cada erva:
 - Rasa,
 - Virya,
 - Vipak,
 - Prabhava,
 - Gunas,
 - Ações,
 - Indicações,
 - Precauções,
 - Doses e modos de usar.

Módulo 17 - Terapia Shamana

- Ter uma visão abrangente dos programas holísticos e integrativos do Ayurveda;
- Fazer um algoritmo metódico das etapas de avaliação e consequente programas de tratamentos e prevenção;
- Reunir os vários aspectos do tratamento ayurvedico já aprendidos até aqui dentro de um plano lógico;
- Aprender a hierarquia de atividades terapêuticas como: perda aguda de tecidos, Ama Pachana, Langhana, Shamana, Shodhana e Brimhana;
- Programa de shamana de Vata;
- Programa de Shamana de Pitta;
- Programa de Shamana de Kapha.

Módulo 18 – Panchakarma

- Conhecer o significado de Panchakarma e seu contexto dentro do tratamento ayurvedico;
- Conhecer as indicações e contra indicações do Panchakarma como um todo e de cada um de seus componentes;
- Conhecer a fase de Purva Karma com seus componentes;
- Conhecer a fase de Paschat Karma com seus componentes;
- Conhecer a fase de Uttara Karma com seus componentes;
- Conhecer os procedimentos, medicamentos usados e processos de cada um dos cinco karmas;
- Vamana: indicações, contra indicações, efeitos colaterais e métodos;
- Virechana: indicações, contra indicações, efeitos colaterais e métodos;
- Basti: tipos, indicações, contra indicações, efeitos colaterais e métodos;
- Nasya: tipos, indicações, contra indicações, efeitos colaterais e métodos;
- Rakta Mokshana: indicações, contra indicações, efeitos colaterais e métodos;
- Métodos acessórios ao Panchakarma;
- Rasayana: métodos de rejuvenescimento;
- Vajikarana: afrodisíacos.

Módulo 19 - Modalidades sutis de terapias no Ayurveda

- Abordar o reequilíbrio e tratamento através de métodos direcionados para os aspectos energéticos e sutis do ser humano;
- Ensinar a abordagem ayurvedica para aromaterapia;
- Ensinar a abordagem ayurvedica para cromoterapia;
- Ensinar a abordagem ayurvedica para o uso de pedras preciosas e semipreciosas associado à astrologia védica;
- Ensinar a abordagem ayurvedica para o uso terapêutico de bija mantras.

Módulo 20 - Psicologia do Yoga e Ayurveda

- Compreender os mecanismos de funcionamento da mente com seus diversos aspectos;
- Compreender o papel das Trigunas e dos Doshas na geração dos desequilíbrios da mente;
- Aprofundar no conceito de Manasa Prakriti: os biótipos baseados nas Trigunas;
- Entender como esses biótipos podem ser a origem de doenças mentais;

- Compreender e treinar a abordagem Ayurvedica para os problemas psicológicos;
- Visão geral das diversas ferramentas utilizadas no tratamento como aconselhamento, psicoterapia, mantra, rituais, astrologia, ervas medicinais e os vários aspectos do Yoga.