

CURSO DE FORMACION DE ACOMPAÑANTE AYURVEDICO

CONTENIDOS POR MODULOS:

1º Módulo:

Ayurveda: ciencia de la vida larga y feliz. Historia. Cómo interactúa esta tradición con las occidentales. Los Vedas. Textos y tradición. Principios básicos. El universo y el hombre. La creación según el Ayurveda.

Práctica: Introducción a las técnicas respiratorias.

Los cinco elementos. Lo semejante y lo distinto.
Características a observar (lo continuo).
Elementos. Órganos. Sentidos y acciones.

Práctica: Respiración completa directa e inversa.

- Trabajo Práctico N° 1

2º Módulo

Doshas. Características. Asiento de cada dosha.

Práctica: Respiración yóguica.

Tridosha.

Práctica: Respiración rítmica.

- Trabajo Práctico N° 2

3º Módulo

Prana. Agni. Alimentos. Tejidos y desechos.

Práctica: Respiración alterna.

Esencias: Prana – Tejas – Ojas

Práctica: Respiraciones refrescantes; Shitali y Shiktari.

- Trabajo Práctico N° 3

4º Módulo

La constitución. Características según los doshas.

Práctica: Respiración de fuego.

Tablas que ayudan a determinar la constitución.

Práctica: Respiración Bhastrika.

- Trabajo Práctico N° 4

5° Módulo

Las Rasas. Alimentación según los doshas.

Práctica: Respiración Kapalabhati.

Estilo de vida. Ciclos temporales. Rutina según los doshas

Trabajo Práctico N° 5

6° Módulo

Inmunidad. Ama. Las tres malas.

Práctica: Respiración Bhramari.

Los siete dathus (tejidos). Srotas.

Práctica: Relajación guiada.

Trabajo Práctico N° 6

7° Módulo

Profundización de los veinte atributos. Las Gunas y sus acciones.

Práctica; Pratyahara: ampliación de los sentidos.

Subdoshas de Vata

Practica: Introducción a la meditación.

Trabajo Práctico N° 7

8° Módulo

Subdoshas de Pitta.

Práctica: Meditación Vipassana

Subdoshas de Kapha.

Práctica: Meditación con objeto soporte

Trabajo Práctico N° 8

9° Módulo

Abordaje de los desequilibrios. Clasificación de las enfermedades endógenas, exógenas y mentales.

Práctica: Meditación con Mantras.

El proceso de la enfermedad. Las seis etapas. El séptimo estado.

Práctica: Meditación con Yantras.

- Trabajo Práctico N° 9

10° Módulo

Diagnóstico del desequilibrio por la lengua, labios, ojos, tez, postura corporal., movimientos corporales, gestos y actitudes.

Práctica: Relajación y meditación.

Estilo de vida para el equilibrio de los doshas. Rutinas adecuadas: Dinacharya y Ruticharia.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 10

11° Módulo

Herramientas para el equilibrio de los doshas. Respiraciones. Alimentación. Sabores. Aromas. Actividad física.

Práctica: Relajación y meditación.

Dieta. Actividades. Purificación. Paliación.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 11

12° Módulo

Terapias científicas, mentales y divinas.

Práctica: Relajación y meditación.

Cómo se forma un acompañante ayurvédico. Anamnesis ayurvédica. Interacción consultante, médico y acompañante ayurvédico.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 12

13° Módulo

La cocina ayurvédica. Las especies.

Práctica: Relajación y meditación.

La cocina ayurvédica. Recetas para Vata, Pitta y Kapha.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 13

14° Módulo

Masajes ayurvédicos: Abhyanga - Shirodada – Kansú.

Práctica: Relajación y meditación.

Terapias depurativas. Swedhana.
Ayuno.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N°

15° Módulo

Terapia Marma.

Práctica: Relajación y meditación.

Marmapuntura: puntos marmas más importantes.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 15

16° Módulo

Plantas medicinales. Minerales, Aceites. Florales.

Práctica: Relajación y meditación.

Infusiones – Decocciones. Recetas para Vata, Pitta y Kapha.

- Trabajo Práctico N° 16

17° Módulo

El Yoga como principal herramienta del Ayurveda.
Yoga Ayurvédico.

Práctica: Relajación y meditación.

Pancha Karma – Pancha Shanka

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Practico N° 17

18° Módulo

Presentación de casos para el Acompañante Ayurvédico.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 18

19° Módulo

Presentación de casos para el Acompañante Ayurvédico.

Práctica: Relajación y meditación.

- Trabajo Práctico N° 19

20° Módulo

Examen