

## **AJURVEDA: DOPISNI KURS**

Broj časova... 8-10 termina... po kursu....

=====

### Ajurveda I: Osnovne studije (cena: 250 €)

Zvanje: Ajurvedski savetnik

Lekcija 1: Osnove Ajurvede

Lekcija 2: Ljudski karakter (Prakriti)

Lekcija 3: Ajurvedski način života

Lekcija 4: Higijena i nega tela

Lekcija 5: Joga - vodič za telesno, mentalno i duševno zdravlje

Lekcija 6: Ajurvedska dijeta (način ishrane) i dejstvo hrane na zdravlje

=====

### Ajurveda II: Više studije (cena: 300 €)

Zvanje: Ajurvedski praktičar

Lekcija 1: Anamneza i ajurvedska dijagnoza (Pariksha)

Lekcija 2: Lečenje travama (u raznim njihovim oblicima)

Lekcija 3: Pancha-Karma terapija za dekontaminaciju i revitalizaciju tela

Lekcija 4: Pancha-Karma terapija za dekontaminaciju i revitalizaciju tela

Lekcija 5: Telesni kanali (shrota) i vitalne tačke (marma)

Lekcija 6: Mentalno zdravlje i duhovni razvoj

=====

### Ajurveda III: Napredne studije (cena: 350 €)

Zvanje: Ajurvedski psiholog

Lekcija 1: Ajurvedska psihologija

1. Ajurvedski tipovi konstitucije: Biološki principi Vata, Pitta i Kapha

2. Tri Gune: Kako uskladiti svoju svest

3. Priroda uma

4. Pet elemenata i um

Lekcija 2: Energetika svesti

1. Uslovljena svest: Šire mentalno polje

2. Inteligencija: Moć percepcije

3. Vanjski um: Područje čula

4. Ego i Jastvo: Potraga za identitetom

Lekcija 3: Ajurvedske terapije za um

1. Ajurvedsko savetovalište i bihevioralne modifikacije

2. Ciklus hranjenja uma: Uloga impresija

3. Vanjski oblici lečenja: Dijete, bilje, masaže i Pancha Karma

4. Suptilne terapije: Boje, dragulji i arome

5. Lekovita moć mantri

Lekcija 4: Duhovna primena: Joga i ajurvedska psihologija

1. Duhovne terapije

2. Osmostruka metoda Joge I

3. Osmostruki metod Joge II

=====