

Cuprins

Cărți și publicații	pag. 01-02
Resurse educaționale	pag. 02-05
➔ Organizarea resurselor	pag. 02-03
➔ Nivel de studiu 01	pag. 04-05
➔ Nivel de studiu 04	pag. 05
Informare de actualitate	pag. 06

Cărți și publicații

1

Ayurveda în România: Glosar de termeni uzuali din Ayurveda

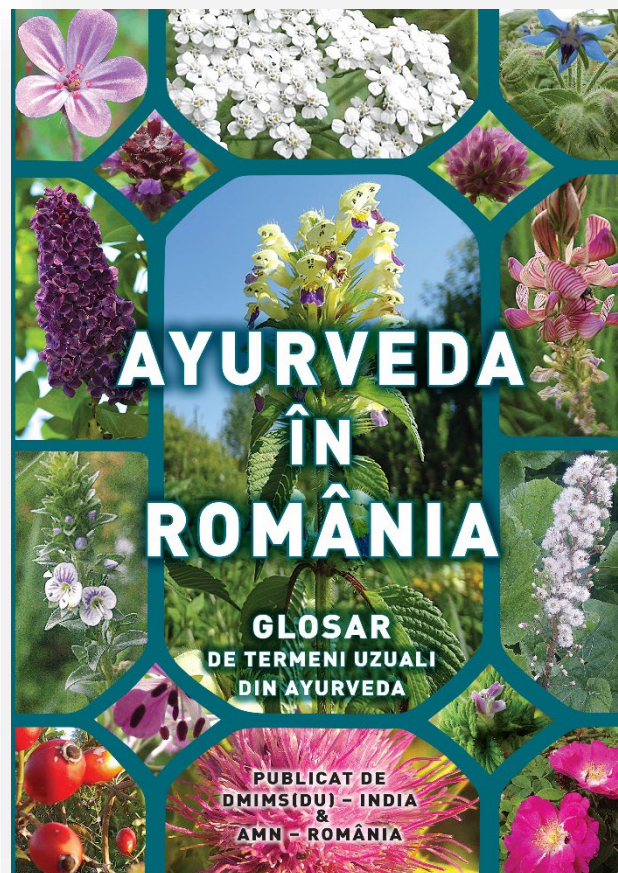
O lucrare terminologică de referință dedicată clarificării și sistematizării limbajului sanscrit utilizat în cadrul sistemului tradițional Ayurveda.

Publicat în anul 2018 la Editura Asociației Naționale pentru Promovarea Medicinelor Neconvenționale – AMN România, în colaborare cu DMIMS (DU) – India, volumul însumează 208 pagini și reprezintă o componentă esențială a proiectului amplu *Ayurveda în România*.

Glosarul de termeni uzuali din Ayurveda, pregătit și redactat de Andrei Gămulea și Aurora Nicolae, oferă o expunere sistematică a 1248 de termeni de origine sanscrită, organizați alfabetic, constituind un instrument riguros pentru studiul conceptelor ayurvedice uzuale.

Dicționarul răspunde unei nevoi reale de precizie terminologică într-un domeniu în care înțelegerea corectă a noțiunilor fundamentale condiționează atât aprofundarea teoretică, cât și aplicarea practică. Terminologia este adaptată limbajului uzual operativ utilizat în practica ayurvedică contemporană, fără a pierde fidelitatea față de sensurile tradiționale consacrate în textele clasice.

Lucrarea se adresează în egală măsură studenților, practicienilor și terapeuților care utilizează metodele ayurvedice în activitatea lor profesională, dar și celor aflați la început de drum în descoperirea acestei tradiții milenare.



Pentru practicieni, volumul oferă un cadru clarificator indispensabil în interpretarea corectă a noțiunilor utilizate în diagnostic, dietetică, fitoterapie, farmacologie ayurvedică, fiziologie subtilă și abordare constituțională.

Structura fiecărui articol lexicografic este riguros organizată: termenul sanscrit este prezentat în forma sa consacrată, însoțit de o explicație sintetică în limba română, urmată de o explicare detaliată contextuală, în care sunt incluse referințe conceptuale și trimiteri la alți termeni înrudiți semantic. Această organizare corelativă permite realizarea unor trasee de lectură tematice, facilitând înțelegerea relațiilor dintre concepte precum *dosha*, *agni*, *dhatu*, *ojas*, *prakriti*, *vikriti*, *srota*, *guna* sau *tattva*, și oferind o perspectivă sistemică asupra arhitecturii teoretice ayurvedice.

Cartea este disponibilă pe site:

animaplant.ro/produs/dictionar-modern-de-termeni-sanscriti-uzuali-in-ayurveda-2018/

Resurse educaționale

2

Organizarea structurată a resurselor educaționale menționate săptămânal în Ayurveda-Agenda

*O serie de repere metodologice pentru
organizarea riguroasă a studiului personal
realizat în cadrul cursului de Ayurveda*

În cadrul proiectului editorial Ayurveda Agenda, în rubrica Resurse educaționale vom indica o serie de coduri principale, ce reprezintă secțiunea tematică corespunzătoare nivelului de studiu, precum AY01, AY02 sau AY06 și o altă serie de coduri secundare care indică capitolul corespunzător, prin indicatori precum 01A2, 01B3, 02A2, 15A1, 32A1.

CUPRINS

abhadra	5	akasha-bhuta	14	anagati	21
abhakta-cushadha	5	akasha-deha	14	anakitita	21
abhaya	5	akasha-mahabhuta	14	anaya-maya-kosha	21
abhyaya	6	akasha-tatva	14	anapurana	22
abhyaya	6	akriti	14	anaya-cakra-srota	22
abhyanga	6	akriti-rupa	14	anavahata	22
abhyanga	6	akrotha	14	antahakara	22
abhyanjana	6	akruti	14	antaragni	22
abhyantara	6	aksepa	14	antaragama	22
abhyantara-snehana	6	akshitarika	14	antaraksha	22
abhyantara	7	akshitarika	14	antardanda	22
abhibhag-vatavargapada	7	akshi-tarpana	15	antarmukhi-yoni-yapat	22
acchapeca-sneha	8	akshi-varita	15	antarpamarjana	22
achara-rasayana	8	akshipti-sneha	15	anubandha	22
acintya-shakti	8	akshipti	15	anubandha-prakara	22
adarsa	8	akshu	15	anuloma	23
adharapada	8	alaji	15	anuloma-viloma	23
adharita-vega	8	alochakagni	15	anumana	23
adhabhakti	9	alochaka-pitta	15	anupo	23
adhyadhatu	9	ama	16	anupana	23
adhyadhatu	9	ama-deha	16	anupana	23
adhyape	9	ama-gati	16	anurasa	23
adhyabhoutika	9	amaleki	16	anuvasana-basti	23
adhyadaleika	9	ama-roga	16	anuvasana-paga	23
adibala-pravritta	9	amaroti	17	aparnagati	24
aditya	9	ama-srota	17	apara	24
Adaita-Vedanta	9	ama-tata	17	oparadhi	24
ageda	10	amavataghana	17	opara-guna	24
Agada-Yantra	10	ambhi	17	opara-gus	24
agadha	10	ambhi-cakra-srota	17	oparigati	24
agnitva	10	amla	17	opas	24
agnyea	10	amla-pita	17	opas-agni	24
agni	10	amla-rasa	18	opas-bhuta	24
Agni-devata	10	amla-sarita	18	opas-mahabhuta	25
agnisatva	10	amle-velata	18	opas-sarita	25
agvinandya	10	amlatipaka	18	opas-tatva	25
agvinandya-girna	11	amla-vipaka	18	opatnaka	25
agni-pariksha	11	amlika	18	opatantroka	25
agnisadana	11	amra	19	opatlaya	25
agnisatva	11	amrita	19	opatnandita	25
Agnisvasha-Samhita	11	amrita-gati	19	opata-gati	25
aham-brahmasmi	11	amrita-phala	19	optopadesha	25
ahamkara	11	anagni-sveda	19	opya	25
ahara	12	anahagna	19	aragadhata	25
ahara	12	anachuta-chakra	19	ardha	25
ahara-rasa	12	ananda	19	ardita	25
ahimsa	12	anandogni	20	arishita	25
ahirika	12	ananda-maya-kosha	20	arishita-vijana	25
ajai	12	ananta	20	arka	26
ajai-avasthya	12	anapa	20	arshita	26
ajina	12	anga-gati	20	arochaka	26
ajmoda	12	anga-jana	20	arochaka-nidana	26
ajna	13	angamardra-prasamana	20	arshi	26
ajna-chakra	13	anjana	21	arshita	26
ajna	13	anjana	21	arshita	26
akasha-gami	13	anva	21	artha	26

2

Prin modul de structurare interconectată a termenilor, glosarul devine un instrument modern de consultare punctuală care oferă totodată și o veritabilă metodă modernă de studiu al Ayurveda, favorizând aprofundarea prin conexiune semantică. Cititorul poate urmări rețele de concepte care se explicitează reciproc, dobândind o înțelegere coerentă și integrată a sistemului.

Dicționarul contribuie astfel la consolidarea unui limbaj unitar și riguros în spațiul studiului ayurvedic de limbă română, sprijinind clarificarea conceptuală.

Prin amploarea sa terminologică (1.248 de termeni), prin structura sa corelativă și prin claritatea expunerii fiecărui termen pe parcursul celor 208 pagini, lucrarea *Ayurveda în România: Glosar de termeni uzuali din Ayurveda – ediția 2018* se constituie ca un reper editorial major pentru formarea și profesionalizarea studiului Ayurvedei în România, oferind un fundament conceptual solid pentru înțelegerea autentică și aplicarea consecventă a tradiției ayurvedice în România.

Sec.	Cap.	Denumire arhivă
AY01	01A2	AY01A2_Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C09-14
AY01	01A3	AY01A3_Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C08-12
AY01	01A3	AY01A3_Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C25-26_C32-33
AY01	01A3	AY01A3_Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C27-31
AY01	01A3	AY01A3_Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C34-36
AY01	01B1	AY01B1_Amnaya_Amnaya-Tantraka_C01-03
AY01	01B3	AY01B3_Amnaya_Rishi-Pratna_C01-15
AY02	02A1	AY02A1_Svasthavritta_Tridosha-Guna_C08-09
AY02	02A2	AY02A2_Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C12-19
AY02	02A2	AY02A2_Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C20-22
AY06	06A2	AY06A2_Manasa-Jnana_Citta_C01-07
AY06	06A2	AY06A2_Manasa-Jnana_Citta_C08-16
AY06	06A2	AY06A2_Manasa-Jnana_Citta_C17
AY10	10A1	AY10A1_Nidana-Sthana_Sandhana-Karaniya_C12-C14
AY15	15A1	AY15A1_Virodha-Cikitsa_Virodha-Gana_C01-02
AY32	32A1	AY32A1_Siddhi-Sthana_Phalamatra-Siddhi_C01-03

Acest modelul de organizare pe secțiuni și capitole vine în întâmpinarea unei nevoi reale de sistematizare în domeniul vast al Ayurvedei, în care terminologia, conceptele și corelațiile necesită o abordare progresivă și contextualizată, astfel încât fiecare material să fie înțeles în cadrul său firesc.

O asemenea structură facilitează înțelegerea progresiei tematiche, delimitează nivelurile de aprofundare și oferă o imagine clară asupra locului pe care îl ocupă fiecare resursă educațională în ansamblul materialelor de curs de Ayurveda.

Structurarea pe capitole și unități de conținut permite evidențierea relațiilor dintre diferitele domenii, de la fundamentele legate de Dosha-Prakriti și Svasthavritta până la aspecte ce privesc Manasa-Jnana, Nidana-Sthana sau principiile Virodha-Cikitsa și Siddhi-Sthana. Prin marcarea secțiunilor și capitolelor se păstrează continuitatea internă a parcursului și se oferă posibilitatea urmăririi progresive a prezentărilor tematiche, ceea ce susține o înțelegere integrată a sistemului.

Pentru cursanți, această organizare indică în mod precis etapa de studiu în care se află și permite revenirea sistematică asupra secțiunilor anterioare pentru consolidarea noțiunilor. Pentru practicieni, structura oferă acces rapid la temele parcurse și permite identificarea nivelului de aprofundare al fiecărui material, facilitând integrarea informației într-o alcătuire unitară și coerentă.

Această structurare pe secțiuni și capitole este una dinamică și extensibilă, generându-se treptat pe măsură ce sunt anunțate noi informații în cadrul revistei, în rubrica Resurse educaționale.

Pe măsură ce capitolele sunt completate sau se deschid noi secțiuni tematiche, structura se dezvoltă gradual, reflectând evoluția structurii de studiu și acumularea progresivă a conținutului, ceea ce conduce la alcătuirea unei structuri bine indexate.

Prin utilizarea acestui sistem de codificare internă pentru fiecare material se creează un cadru de referință stabil, o metodă precisă de referință în vederea consultării și un standard editorial unitar, în deplină concordanță cu exigențele studiului tradițional al Ayurvedei, unde clasificarea și structurarea cunoașterii tradiționale reprezintă componente fundamentale ale procesului de transmitere a cunoașterii ayurvedice.

Iată un model de organizare a arhivelor indicate în numerele de la 1 la 8 ale Ayurveda Agenda. Acest model de organizare implică două niveluri de ordonare și anume cel al secțiunilor de curs (AY01, AY02, AY06 ...) și cel al capitolelor din cadrul secțiunilor (01A2, 01A3, 01B1, 01B3, 02A2 ...):



Organizarea resurselor educaționale ale cursului de Ayurveda pe secțiuni și capitole reprezintă un demers metodologic esențial care asigură coerență în studiu, orientare pedagogică și continuitate tematică, susținând dezvoltarea progresivă a cunoașterii Ayurvedei într-un cadru bine organizat de formare și aprofundare sistematică.

Resurse educaționale pentru Nivelul 1 de studiu al Cursului de Ayurveda (AY01)

3

Un curs nou din seria Svasthya-Darshana despre fundamentul spiritual al sănătății integrale

Cursul 15 din capitolul Svasthya-Darshana clarifică distincția dintre kosha-uri și Sinele Suprem Nemuritor (Atman), Centrul etern și imuabil al conștiinței.

Cursul 15 face parte din secțiunea Dosha-Prakriti (AY01), capitolul Svasthya-Darshana (AY01A2), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acest curs completează seria cursurilor din capitolul Svasthya-Darshana (AY01A2), ediția 2026.

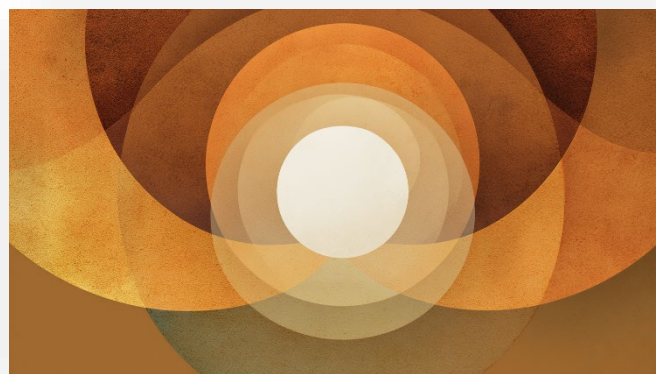
Sinele Suprem Nemuritor (Atman) și cele cinci învelișuri ale ființei, fundamentul sănătății integrale

Cursul 15 din capitolul Svasthya-Darshana aprofundează perspectiva tradițională ayurvedică asupra alcătuirii multidimensionale a ființei umane, având în centru realitatea Sinelui Suprem Nemuritor (Atman). Sunt prezentate cele cinci învelișuri (kosha), de la învelișul fizic până la învelișul beatitudinii, ca niveluri succesive prin care conștiința se exprimă și se manifestă.

Cursul evidențiază diferența esențială dintre Sinele Etern, imuabil și necondiționat și structurile tranzitorii ale personalității, inclusiv identificările generate de eul limitat, ahamkara. Prin analiza procesului de dezidentificare progresivă și prin integrarea practicilor transformatoare precum meditația profundă (dhyana), pranayama și discernământul (viveka), este clarificată direcția autentică a transformării spirituale.

În viziunea ayurvedică, sănătatea nu este redusă la echilibrul fizic, ci reprezintă armonia dintre trup, suflu vital, conștiință instrumentală și inteligență superioară. Expunerea din acest curs subliniază faptul că în Ayurveda vindecarea profundă devine posibilă atunci când ființa umană își revelează Sinele Suprem Nemuritor (Atman), iar această orientare interioară generează stabilitate, claritate și plenitudine existențială.

Prin această abordare integratoare, Ayurveda este prezentată ca un sistem spiritual complet, care conduce practicantul de la înțelegerea structurii ființei către experiența directă a naturii sale dumnezeiești.



4

Un curs revizuit din seria Svasthya-Darshana despre cadrul conceptual al relației dintre conștiință și trup

Cursul 1 prezintă rolul dosha-urilor ca factori funcționali care asigură interdependența dintre procesele conștiinței și manifestările trupești.

Cursul face parte din secțiunea Dosha-Prakriti (AY01), capitolul Svasthya-Darshana (AY01A2), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acest curs deschide seria cursurilor din capitolul Svasthya-Darshana, ediția 2026.

Conștiință și trup – fundamentul ayurvedic al stării de sănătate

Cursul 1 deschide capitolul Svasthya-Darshana prin prezentarea relației permanente de interdependență dintre conștiință și trup. În viziunea tradițională ayurvedică, aceste două dimensiuni sunt expresii complementare ale aceleiași realități funcționale.

Orice modificare apărută la nivelul conștiinței produce efecte corespunzătoare în structura trupească, iar aceste corespondențe sunt mediate de cele trei dosha-uri. Sunt explicate rolul și funcțiile dosha-urilor ca punți operative între dimensiunea lăuntrică și cea trupească, precum și modul în care dezechilibrul dosha-urilor reflectă o pierdere a coordonării dintre aceste două dimensiuni.

Sănătatea este descrisă în acest cadru ca o stare de concordanță calitativă și de flux armonios, iar boala ca o abatere de la această dinamică echilibrată. Cursul 1 introduce perspectiva fluxului interior-exterior, explicând procesele de integrare și transformare prin analogia digestiei și prin descrierea realității câmpului subtil auric.

Evaluarea constituțională (dosha-prakriti) este descrisă ca fiind instrumentul practic prin care putem observa și înțelege dinamica specifică propriei ființe. Prin această abordare, Ayurveda este prezentată ca un sistem integrator care reunește fiziologia, psihologia și dimensiunea subtil-energetică într-o viziune unitară asupra sănătății și a evoluției umane.

Denumire arhivă:

AY01A2_Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C01&C15



Resurse educaționale pentru Nivelul 04 de studiu al Cursului de Ayurveda (AY04)

5

Un curs revizuit din seria Avastha-Dhatu despre alcătuirea trupului din perspectiva ayurvedică tradițională

Cursul 1 din capitolul introductiv Avastha-Dhatu, secțiunea Sharira-Jnana, prezintă cadrul teoretic privind structura trupului uman din perspectiva ayurvedică tradițională.

Cursul 1 face parte din secțiunea Sharira-Jnana (AY04), capitolul Avastha-Dhatu (AY04A1), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acest curs deschide seria cursurilor din secțiunea Sharira-Jnana, ediția 2026.

Sapta-Dhatu și principiul transformării succesive – baza fiziologiei ayurvedice

Acest curs deschide capitolul Avastha-Dhatu prin prezentarea structurii trupului uman (sthula-sharira) în perspectiva tradițională ayurvedică.

Trupul este descris ca structură-suport alcătuită din substanța nutritivă (ahara) transformată progresiv în constituenți trupești (dhatu). Această viziune depășește abordarea strict materială și introduce ideea unei organizări ierarhizate pe niveluri de stabilitate și subtilitate diferite.

Sunt definiți cei șapte constituenți corporali (sapta-dhatu) – rasa, rakta, mamsa, meda, asthi, majja și shukra – fiecare având o funcție structurală și funcțională specifică.

Fiecare constituent (dhatu) reprezintă o stare stabilă a substanței constitutive (deha-dravya), caracterizată printr-un anumit grad de coerență și printr-o anumită frecvență vibratorie predominantă. Împreună, acești constituenți alcătuiesc alcătuirea vie a trupului.

Cursul explică rolul focului transformator specific fiecărui nivel (dhatu-agni), care asigură metabolizarea și trecerea succesivă de la un constituent la următorul. Transformarea implică o interacțiune între toate nivelurile structurale, într-o dinamică ce menține echilibrul general al ființei.

Este abordată și noțiunea de ojas, ca esență subtilă rezultată din armonia celor șapte dhatu, responsabilă de vitalitate, reziliență și coeziune funcțională. Ojas nu este un simplu constituent suplimentar, ci expresia integrării echilibrate a tuturor proceselor de transformare tisulară.

În cadrul științei specializate Sharira-Jnana, Ayurveda oferă un model structurat al fiziologiei, în care nutriția, metabolismul și energia subtilă sunt integrate într-un sistem dinamic unitar. Înțelegerea ansamblului celor 7 constituenți corporali (sapta-dhatu) constituie fundamentul pentru evaluarea stării de sănătate, pentru prevenirea dezechilibrelor și pentru orientarea corectă a intervenției terapeutice.

Denumire arhivă:

AY04A1_Sharira-Jnana_Avastha-Dhatu_C01

Informare de actualitate

6 Gupta-Cikitsā – direcția subtilă a științei specializate a terapiei

O prezentare referitoare la viziunea profundă asupra cauzalității în secțiunea Cikitsā-Sthāna

Prezentările video propun o abordare introductivă a principiilor fundamentale ale sistemului Gupta-Cikitsā și a modului în care acestea pot fi integrate în viața de zi cu zi, ca instrumente de autoobservare și autoreglare conștientă.

Abordarea profundă a cauzalității dezechilibrelor în Cikitsā-Sthāna

În cadrul expunerilor atribuite marelui învățător ayurvedic Atreya, consemnate de discipolii săi în lucrarea fundamentală Charaka Saṃhitā, este conturată o direcție distinctă de abordare a terapiei, cunoscută sub numele de Gupta-Cikitsā.

Această orientare se află la baza structurării secțiunii Cikitsā-Sthāna și pune accent pe identificarea cauzelor subtile ale bolilor, înainte ca acestea să se manifeste la nivel fizic.

Expresia sanscrită Gupta-Cikitsā poate fi tradusă literal prin „medicină secretă”. Termenul gupta desemnează ceea ce este ascuns, discret sau nevăzut, iar cikitsā indică tratamentul.

Sensul acestei formulări sugerează o cunoaștere care operează la un nivel premergător simptomatologiei, în sfera determinărilor psiho-mentale, comportamentale și spirituale.

Gupta-Cikitsā dezvoltă ceea ce poate fi numit o veritabilă anatomie a operării în sfera conștiinței. Accentul este pus pe recunoașterea cauzelor fine ale dezechilibrului și pe capacitatea ființei de a interveni conștient asupra propriilor tipare de gândire, reacție și orientare interioară. Terapia ayurvedică urmărește reorganizarea cauzalității.

Un element central al acestei abordări îl constituie descrierea celor șapte fluxuri ordonatoare, pravāha, considerate instrumente fundamentale ale orientării lăuntrice. Aceste fluxuri sunt prezentate ca dinamici ale conștiinței care susțin coerența internă și capacitatea de integrare armonioasă a experienței.

Atunci când aceste fluxuri sunt perturbate, apar dezordini care, în timp, pot conduce la manifestări patologice variate, descrise în cadrul secțiunii.

Secțiunea Cikitsā-Sthāna din Charaka Saṃhitā cuprinde douăzeci și opt de capitole, fiecare dintre ele abordând cauzele subtile ale bolilor și metodele prin care acestea pot fi înlăturate. Sunt prezentate chei operative de natură psiho-mentală, cognitivă și spirituală, care pot fi aplicate conștient pentru a orienta ființa către echilibru.

Cele șapte pravāha sunt descrise ca având originea în nivelurile superioare ale ființei și funcționând ca punți între dimensiunile subtile – vijñāna-maya-kośa și ānanda-maya-kośa – și structurile fundamentale ale existenței – anna-maya-kośa, prāṇa-maya-kośa și mano-maya-kośa. În acest cadru, o decizie corectă apare atunci când informația ordonatoare a fluxurilor este activă, susținând discernământul ființei și stabilitatea interioară necesare.

Gupta-Cikitsā evidențiază faptul că intervenția terapeutică autentică începe în sfera conștiinței, prin clarificarea motivațiilor, ajustarea orientării interioare și cultivarea unei atenții lucide. Această direcție completează abordările clasice ale terapiei ayurvedice, oferind o dimensiune preventivă și transformatoare de profunzime.



Prezentarea introductivă referitoare la Gupta-Cikitsā este accesibilă sub forma a două înregistrări video cu durate de aproximativ 2 ore fiecare.

Acces: ayushcell.ro/prezentare_gupta_cikitsa