

## Cuprins

<b>Evenimente</b>	<b>pag. 01-02</b>
<b>Cărți și publicații</b>	<b>pag. 02</b>
<b>Resurse educaționale</b>	<b>pag. 03-05</b>
➔ Nivel de studiu 01	pag. 03-04
➔ Nivel de studiu 04	pag. 04
➔ Nivel de studiu 06	pag. 05
<b>Informare de actualitate</b>	<b>pag. 06-08</b>

## Evenimente

### 1 **Întâlnirea lectorilor de Ayurveda AMN-România – sesiune de coordonare didactică – 29 martie**

*Dialog tematic privind organizarea activității educaționale și accesul la resursele de studiu pentru diferitele niveluri de pregătire în Ayurveda*

În data de 29 martie 2026, începând cu ora 11:00, se va desfășura în sistem online o nouă întâlnire a lectorilor de Ayurveda din cadrul AMN-România, dedicată coordonării activităților educaționale și consolidării suportului informațional necesar actualizării și dezvoltării programelor de formare ale cursului de Ayurveda.

Această întâlnire a lectorilor de Ayurveda are ca scop oferirea unui cadru actualizat de informare și coordonare pentru lectorii de Ayurveda implicați în activitatea de formare în domeniul Ayurvedei, având pe agenda de activități mai multe teme relevante pentru organizarea și desfășurarea programelor educaționale de Ayurveda aflate în derulare.

Printre subiectele care vor fi discutate se află prezentarea modalității online de accesare a suporturilor de curs scrise, disponibile pe platforma educațională dedicată, precum și clarificări privind organizarea și administrarea acestor materiale de studiu în conturile personale ale participanților la cursurile de Ayurveda.

**Suport informativ:** [ayushcell.ro/suport\\_scris](http://ayushcell.ro/suport_scris)



De asemenea, vor fi analizate reperele privind structura programei de curs de Ayurveda, organizată pe secțiuni tematice și capitole de studiu, în vederea menținerii unei abordări complete în parcursul educațional al participanților și în activitatea didactică desfășurată de lectori.

**Suport informativ:** [amnromania.ro/activitate/cursuri-de-ayurveda/subiecte-abordate/](http://amnromania.ro/activitate/cursuri-de-ayurveda/subiecte-abordate/)

Un alt punct al întâlnirii îl constituie prezentarea informărilor curente privind activitatea didactică și organizatorică curentă a lectorilor de Ayurveda din cadrul AMN-România, cu accent pe organizarea activităților educaționale.

**Suport informativ:** [amnromania.ro/structura-cursurilor-de-ayurveda/](http://amnromania.ro/structura-cursurilor-de-ayurveda/)

În cadrul întâlnirii va fi prezentat și stadiul actual de dezvoltare și promovare al revistei digitale „Ayurveda Agenda”, precum și structura acestei publicații, care include secțiuni dedicate evenimentelor educaționale, publicațiilor de specialitate, resurselor educaționale și informațiilor de actualitate privind activitățile de Ayurveda.

**Suport informativ:** [ayushcell.ro/ayurveda\\_agenda](http://ayushcell.ro/ayurveda_agenda)



Această întâlnire periodică a lectorilor de Ayurveda face parte din efortul constant al AMN-România de a menține un cadru educațional structurat, bazat pe informații relevante în domeniu, colaborare, schimb de experiență și consolidarea standardelor de formare în domeniul Ayurvedei în România. Întâlnirea lectorilor de Ayurveda este coordonată de Andrei Gămulea, președinte AMN-România.

Acest eveniment face parte din programele interne desfășurate de Asociația Națională pentru Promovarea Medicinelor Neconvenționale, menite să ofere o bază solidă dezvoltării activităților educaționale în domeniul Ayurvedei în România.

**Suport informativ:** [amnromania.ro/activitate/cursuri-de-ayurveda/](http://amnromania.ro/activitate/cursuri-de-ayurveda/)

La acest eveniment pot participa atât lectorii de Ayurveda care desfășoară în prezent activitate educațională în cadrul AMN-România, cât și lectorii care au derulat anterior o astfel de activitate. Participarea lectorilor de Ayurveda se va realiza prin accesarea linkului de participare transmis pe canalele de comunicare ale AMN-România sau printr-o solicitare directă a linkului de acces.

Lectorii care optează pentru această variantă pot transmite o cerere la adresa de email [ayurvedaromania@gmail.com](mailto:ayurvedaromania@gmail.com), având ca titlu: „Solicitare link de participare 29 martie 2026”. În solicitare se va menționa și codul de practicant ayurvedic (CPA).

**Suport informativ:** [amnromania.ro/ayurveda/](http://amnromania.ro/ayurveda/)

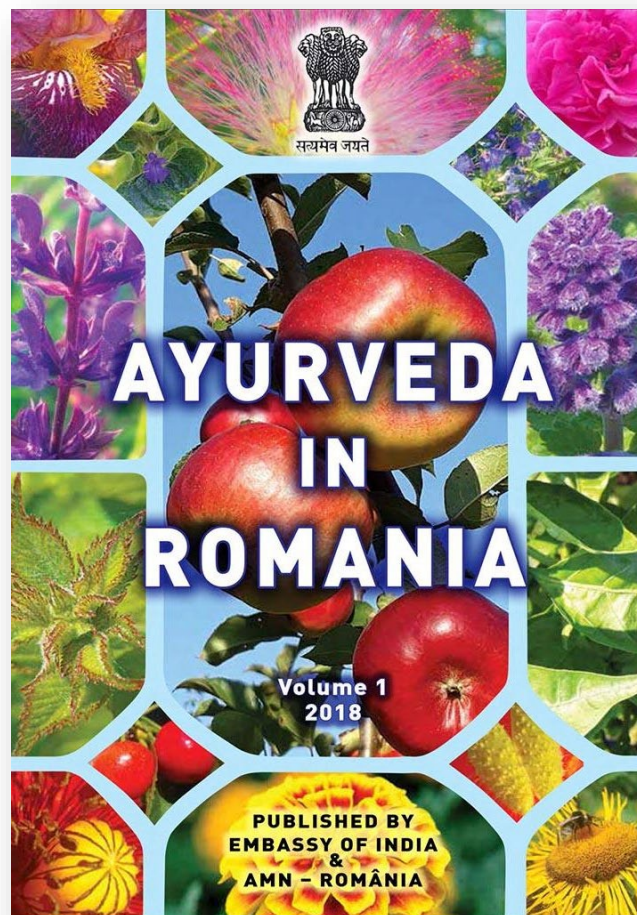
## Cărți și publicații

### 2 Ayurveda în România - Volumul 1 - Ediția 2018 – ediția în limba engleză

„Ayurveda în România” - volumul 1 – ediția în limba engleză, accesibilă publicului internațional

Primul volum al seriei „Ayurveda în România”, publicat în ediție în limba engleză, oferă cititorilor internaționali o prezentare sistematică a principalelor repere care au stat la baza debutului și dezvoltării studiului ayurvedic în spațiul românesc.

Lucrarea urmărește să ofere o perspectivă cât mai amplă și completă asupra modului în care Ayurveda a început să fie studiată și integrată în România într-un context cultural și educațional european.



Cartea este disponibilă pe site:  
[animaplant.ro/produs/ayurveda-in-romania-vol-1-en/](http://animaplant.ro/produs/ayurveda-in-romania-vol-1-en/)

## Resurse educaționale

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

#### 3 Un curs actualizat din secțiunea Ayurveda-Parichaya despre noțiuni de bază ale sistemului Ayurveda

*Cursul 1 prezintă unicitatea perspectivei ayurvedice și reperele esențiale privind aplicarea Ayurvedei în orientarea stilului de viață.*

Acest curs este integrat în nivelul 1 (AY01) de studiu al Ayurvedei, secțiunea suplimentară Ayurveda-Parichaya (S01), capitolul 1, Maulika-Siddhanta (S1), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acest curs oferă baza introductivă necesară pentru înțelegerea principiilor sistemului Ayurveda și deschide seria cursurilor din capitolul Maulika-Siddhanta.

Secțiunea Ayurveda-Parichaya (S01) este o secțiune suplimentară de materiale educaționale destinate studiului personal, complementar și facultativ al cursului de Ayurveda de nivel 1 (AY01).

#### Unicitatea perspectivei oferite de tradiția milenară ayurvedică

Acest curs introductiv evidențiază specificul profund al sistemului tradițional Ayurveda, prezentându-l atât ca ansamblu de metode naturale pentru menținerea sănătății, cât mai ales ca o veritabilă știință a vieții, orientată către cunoașterea ființei umane în integralitatea sa.

În această perspectivă, Ayurveda oferă reperi fundamentale pentru înțelegerea relației dintre stilul de viață, prevenție, echilibru și sănătate.

În cadrul acestui curs suplimentar este prezentată semnificația amplă a Științei Vieții, Ayurveda, ca formă tradițională de cunoaștere care urmărește susținerea armoniei dintre trup, energie, psihic și dimensiunea profundă a vieții interioare.

Sunt evidențiate rădăcinile sale tradiționale, sensul educativ al acestei științe și locul ei distinct între sistemele clasice de cunoaștere referitoare la sănătate și la orientarea înțeleaptă a existenței.

Cursul explică faptul că perspectiva ayurvedică autentică presupune mai mult decât raportarea la remedii, plante sau proceduri de susținere a sănătății. Ayurveda este prezentată ca un sistem de autoeducație și de orientare a vieții, în care prevenția, adaptarea la propria natură și înțelegerea cauzelor dezechilibrelor ocupă un loc central. Sunt subliniate în mod special relația dintre constituția personală și stilul de viață, precum și importanța acordului dintre natura proprie și alegerile cotidiene.

Este reliefat, totodată, rolul dimensiunii filosofice și spirituale a tradiției ayurvedice. Cursul arată că textele și învățăturile clasice din Ayurveda includ o perspectivă profundă asupra existenței, asupra legilor vieții și asupra modului în care ființa umană poate trăi într-un mod lucid și înțelept.

Un accent important este pus și pe cele trei cerințe fundamentale pentru menținerea unei vieți sănătoase, așa cum sunt ele prezentate în Ayurveda: alimentația adecvată, odihna regeneratoare și disciplina echilibrată a vieții.

Cursul oferă o bază introductivă clară pentru înțelegerea scopurilor, principiilor și modalităților practice ale sistemului tradițional Ayurveda.

#### Denumire arhivă:

Ayurveda-Parichaya\_Maulika-Siddhanta\_C01

#### 4 Un curs nou din seria Svasthya-Darshana despre structura ființei în perspectiva tradiției ayurvedice

*Cursul 16 prezintă modul în care tradiția ayurvedică descrie structura interioară a ființei umane prin intermediul celor cinci învelișuri (kosha) și relația acestora cu cele trei corpuri.*

Cursul 16 face parte din nivelul 1 (AY01), secțiunea Dosha-Prakriti (A01), capitolul Svasthya-Darshana (A01A2), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acest curs nou oferă reperi instrumentale practice pentru înțelegerea dimensiunilor subtile ale ființei umane, așa cum sunt acestea prezentate în tradiția ayurvedică și aprofundează perspectiva asupra relației dintre nivelurile existenței (kosha), conștiință și procesul de autocunoaștere.

## Cele cinci învelișuri ale ființei – perspectiva ayurvedică asupra structurii învelișurilor ființei umane (pancha-kosha)

Acest curs prezintă modul în care tradiția spirituală indiană descrie structura interioară a ființei umane prin intermediul conceptului celor cinci învelișuri ale conștiinței (kosha). În această perspectivă, existența personală nu este limitată doar la dimensiunea trupească, ci include niveluri succesive de manifestare care reflectă diferite aspecte ale vieții, energiei, gândirii și conștiinței.

În cadrul cursului sunt analizate cele cinci kosha: anna-maya-kosha, învelișul fizic al trupului, prana-maya-kosha, nivelul energiei vitale, mano-maya-kosha, planul conștiinței psiho-mentale, vijñana-maya-kosha, nivelul inteligenței discriminative și ananda-maya-kosha, învelișul beatitudinii. Aceste niveluri sunt prezentate ca dimensiuni reale ale experienței interioare, care pot deveni perceptibile printr-o practică atentă de observare și interiorizare.

Cursul 16 explică faptul că aceste învelișuri reprezintă repere practice pentru explorarea conștiinței. Prin exerciții de conștientizare și introspecție, practicantul poate observa modul în care fiecare dintre aceste niveluri participă la experiența personală și influențează percepția, gândirea și starea interioară.

Un accent important este pus asupra relației dintre cele cinci kosha și cele trei corpuri descrise în tradiția spirituală: corpul fizic grosier (sthula-sharira), corpul subtil astral (sukshma-sharira) și corpul cauzal (karana-sharira). Această perspectivă integratoare evidențiază modul în care nivelurile existenței sunt interconectate și modul în care procesele vitale, psihice și spirituale se reflectă unele în altele.

Cursul oferă o perspectivă asupra dimensiunii celei mai profunde a conștiinței, reprezentată de Sinele Suprem Nemuritor (Atman). Cele cinci învelișuri ale ființei sunt înțelese ca niveluri succesive ale experienței, care pot fi înțelese prin discernământ și introspecție, conducând treptat către recunoașterea naturii profunde a conștiinței.

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

### 5 Un curs revizuit din seria Sharira-Jnana despre structura trupului

*Cursul 4 evidențiază rolul celor șapte constituenți (dhatu) și procesele transformatoare care au loc în substanța vie a organismului.*

Cursul face parte din nivelul 4 (AY04), secțiunea Sharira-Jnana (A04), capitolul Avastha-Dhatu (A04A1), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil.

### Cei șapte constituenți corporali – fundamentul alcătuirii trupesti în Ayurveda

Acest curs prezintă perspectiva tradiției ayurvedice asupra structurii trupului ființei umane, evidențiind rolul celor șapte constituenți corporali (sapta-dhatu) în organizarea și funcționarea organismului. Sunt analizate procesele transformatoare (parinama) care au loc permanent în microcosmosul ființei umane. Aceste procese reflectă modul în care substanța constitutivă a organismului se modelează, se transformă sau se degradează în funcție de dinamica energiilor vitale și de condițiile interne ale organismului.

Structura corporală este rezultatul unor procese continue de transformare și reorganizare. Substanța vie a trupului este permanent reconfigurată pentru a răspunde necesităților vitale. Înțelegerea acestor procese permite o perspectivă amplă asupra sănătății.

Este inclusă descrierea celor șapte constituenți: rasa-dhatu, rakta-dhatu, mamsa-dhatu, meda-dhatu, asthi-dhatu, majja-dhatu și shukra-dhatu.

Constituția trupească nu poate fi separată de dimensiunile subtile ale existenței. Structura corporală reprezintă suportul prin care sufletul (jivatman) se manifestă în planul vieții, iar cunoașterea mecanismelor constitutive ale trupului devine astfel o cale importantă de înțelegere a naturii profunde a ființei umane.

Denumire arhivă: Sharira-Jnana\_Avastha-Dhatu\_C04

Denumire arhivă: Dosha-Prakriti\_Svasthya-Darshana\_C16

## Resurse educaționale pentru Nivelul 06 de studiu al Cursului de Ayurveda (AY06)

### 6 Un curs nou din seria Manasa-Jnana despre rolul conștiinței senzoriale (manas)

*Cursul 1 prezintă rolul conștiinței senzoriale (manas), evidențiind modul în care aceasta colectează, organizează și transmite impresiile senzoriale către structurile superioare.*

Cursul face parte din nivelul 6 (AY06), secțiunea Manasa-Jnana (A06), capitolul Manas (A06A4), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acesta este un curs nou care deschide capitolul Manas (A06A4), ediția 2026.

### Conștiința senzorială (manas) – poarta de contact dintre ființă și lumea percepțiilor

Acest curs prezintă rolul conștiinței senzoriale (manas) în structura instrumentului intern al conștiinței. În această perspectivă, manas reprezintă nivelul conștiinței care gestionează contactul direct dintre ființa umană și fluxul impresiilor senzoriale provenite din mediu.

Conștiința senzorială (manas) are rolul de a selecta, organiza și transmite aceste impresii către structurile superioare ale conștiinței, unde acestea sunt analizate, evaluate și integrate în experiența personală.

Un accent important este pus asupra multiplelor funcții ale conștiinței senzoriale: rolul său instrumental în percepție, funcția de colectare și organizare a datelor senzoriale, caracterul participativ în orientarea dorințelor și intențiilor, precum și dimensiunea sa emoțională, care influențează modul în care ființa umană percepe și interpretează realitatea.

Cursul 1 evidențiază faptul că înțelegerea și armonizarea conștiinței senzoriale (manas) reprezintă un pas esențial în procesul de autocunoaștere. Prin cultivarea atenției și a lucidității interioare, această structură a conștiinței poate deveni un instrument capabil să reflecte realitatea fără distorsiuni și să susțină evoluția.

Denumire arhivă: Manasa-Jnana\_Manas\_C01

### 7 Un curs nou din seria Manasa-Jnana despre rolul conștiinței identitare (ahamkara)

*Cursul 1 prezintă funcția conștiinței identitare (ahamkara) în structura instrumentului intern al conștiinței (antahkarana).*

Cursul face parte din nivelul 6 (AY06), secțiunea Manasa-Jnana (A06), capitolul Ahamkara (A06A5), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acesta este un curs nou care deschide seria capitolului Ahamkara (A06A5), ediția 2026. Ahamkara este cel de-al 5-lea capitol al secțiunii Manasa-Jnana, după capitolul Manas.

### Conștiința identitară (ahamkara) și rolul său în structura instrumentală a conștiinței

Cursul 1 prezintă rolul conștiinței identitare (ahamkara) în structura instrumentului intern al conștiinței. În această perspectivă, ahamkara reprezintă funcția prin care apare sentimentul individualității și identificarea conștiinței cu experiențele personale. Prezentarea explică faptul că funcția conștiinței identitare (ahamkara) apare atunci când conștiința ajunge să se identifice cu anumite aspecte ale experienței, precum trupul, gândurile sau rolurile sociale.

Un accent important este pus asupra modului în care această funcție identitară influențează percepția și interpretarea realității.

Conștiința identitară poate colora experiența prin reacții de atracție sau respingere și poate orienta gândirea către justificarea propriilor convingeri sau tendințe. Cursul evidențiază faptul că înțelegerea naturii conștiinței identitare reprezintă un pas important în procesul de autocunoaștere.

Prin observarea lucidă a mecanismelor prin care apare identificarea cu experiențele personale, ființa umană poate depăși treptat această limitare și poate descoperi identitatea profundă a conștiinței, orientându-se către realizarea Sinelui Suprem Nemuritor (Atman).

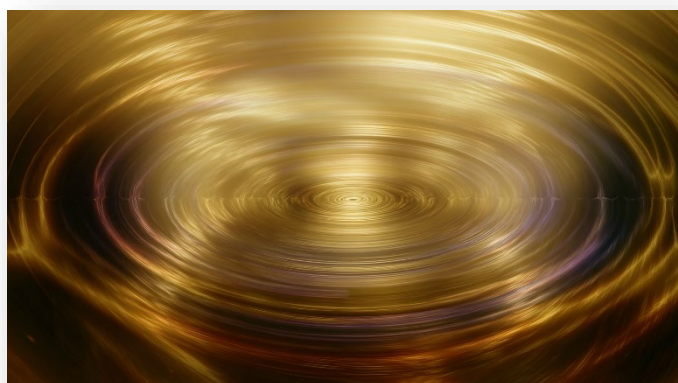
Denumire arhivă: Manasa-Jnana\_Ahamkara\_C01

Acces: [ayushcell.ro/suport\\_scriis](http://ayushcell.ro/suport_scriis)

## Informare de actualitate

### 8 O prezentare video din seria dedicată tradiției ayurvedice (Amnaya): Înțeleptul Aśmarathya

Înțeleptul ayurvedic Aśmarathya este o figură reprezentativă a tradiției ayurvedice, ilustrând continuitatea dintre exactitatea angrenării procedurale și exactitatea vindecării.



### Legătura dintre ordinea cosmică și Știința Vieții în tradiția ayurvedică

Lucrarea clasică de Ayurveda Caraka Saṃhitā îl menționează pe înțeleptul Aśmarathya printre marii rși reuniți la poalele munților Himalaya pentru a căuta soluții la suferința vieții umane, într-un context în care sănătatea este înțeleasă ca fundament al echilibrului existenței.

Expunerea evidențiază rolul tradițional atribuit lui Aśmarathya ca „profesor de ritual”, păstrător al științelor sacre prin care este menținută armonia dintre ființa umană și macrocosmos. În această perspectivă, practicile ayurvedice sunt privite ca expresii complementare ale ordinii universale.

Contribuția înțeleptului Aśmarathya subliniază unitatea dintre cunoașterea revelată și aplicarea practică a acesteia în domeniul sănătății. În viziunea sa, sănătatea, echilibrul și longevitatea reprezintă manifestări ale unei ordini cosmice în care ființa umană este integrată.

Expunerea urmărește să evidențieze relevanța acestei perspective pentru înțelegerea tradițională a Ayurvedei.

Prezentarea pune în lumină modul în care Știința Vieții este integrată într-un cadru larg al cunoașterii universale și al practicilor spirituale orientate către menținerea echilibrului dintre microcosmos și Macrocosmos.

Acces: [ayushcell.ro/traditia\\_ayurvedica/ashmarathya](http://ayushcell.ro/traditia_ayurvedica/ashmarathya)

### 9 O aplicație de calcul nutrițional utilă în studiul nutriției ayurvedice

Instrument digital pentru evaluarea rapidă a conținutului nutritiv al alimentelor și pentru estimarea aportului caloric al meselor.

Aplicația de calcul nutrițional din site-ul [ayushcell.ro](http://ayushcell.ro) oferă un mod simplu și eficient de analiză a valorilor nutritive ale alimentelor consumate. Prin intermediul unei baze de date extinse și al unui sistem automat de calcul, utilizatorul poate determina conținutul de calorii, proteine, lipide, carbohidrați și fibre pentru diferite alimente și combinații alimentare.

Aplicația include o bază de date cu peste 4000 de alimente, fiecare fiind însoțit de informații nutriționale detaliate. Funcția de căutare permite identificarea rapidă a alimentelor după denumire sau după părți de cuvinte. Aplicația include funcții automate de calcul și afișare a rezultatelor.

Aplicația reprezintă un instrument util pentru monitorizarea alimentației zilnice.

Info	Aliment	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Cantitate(g)
/	3 in 1 Nescafe	376.0	6.4	2.1	58.0	0.0	0
/	4 in 1 energy boost Doncafe	463.0	4.0	15.0	78.0	0.0	0
/	Acidula pe bat	392.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0
/	Alina	57.0	0.7	0.3	14.5	2.4	0
/	Agrio	44.0	0.9	0.6	10.2	4.3	0
/	Albus de ou	48.0	11.0	0.0	1.0	0.0	0
/	Albus de ou uscat	320.0	73.4	0.3	4.0	0.0	0
/	Albus prajit	52.0	10.9	0.2	0.7	0.0	0
/	Alge de mare chinezesti preparate	45.0	3.0	1.0	9.0	1.0	0
/	Alge verzi-albastre deshidratate	400.0	70.0	0.0	20.0	0.0	0

1 2 ... Last >

Pagina 1 din 425

Rezultate selectie	Nr.	Aliment	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Cantitate(g)	Storje
1	Monzori	12.3	0.27	0.06	2.88	0.84	30	30	Storje
2	Varza	9.3	0.48	0.06	1.71	0.6	30	Storje	
3	Ceapa	8.4	0.16	0.02	2.02	0.28	20	Storje	
Total		30.0	0.9	0.1	6.6	1.7	80		

Acces: [ayushcell.ro/aplicatie-calcul-nutrițional](http://ayushcell.ro/aplicatie-calcul-nutrițional)

## 10 Structura actualizată de organizare a resurselor educaționale de Ayurveda pe niveluri de studiu

*Organizarea resurselor educaționale pe niveluri de studiu, secțiuni și capitole în cadrul programei cursului de Ayurveda*

Resursele educaționale prezentate în cadrul platformei și al revistei Ayurveda Agenda sunt organizate într-o structură sistematică, concepută pentru a facilita studiul progresiv și orientarea clară a cursanților în cadrul procesului de formare.

Pentru a asigura coerența și ușurința de utilizare a materialelor, acestea sunt structurate pe niveluri de studiu, fiecare nivel fiind identificat printr-un cod specific de forma AY01, AY02, AY03 și așa mai departe. Fiecare dintre aceste niveluri corespunde unei etape distincte în parcursul educațional și reunește resursele educaționale relevante pentru gradul respectiv de aprofundare.

În interiorul fiecărui nivel de studiu există mai multe tipuri de secțiuni, fiecare având un rol pedagogic clar definit. Secțiunea notată cu litera A reprezintă secțiunea principală a cursului pentru acel nivel de studiu. Aceasta include materialele care fac parte din programa de bază a cursului de Ayurveda și care sunt prezentate în cadrul activităților principale.

În această secțiune, secțiunea A, sunt reunite capitolele fundamentale ale temelor studiate, organizate într-o succesiune logică, astfel încât informațiile să fie parcurse în manieră progresivă.

Pe lângă secțiunea de bază (secțiunea A) a fiecărui nivel de studiu, în cadrul aceluiași nivel de studiu pot exista și alte tipuri de secțiuni, destinate extinderii sau completării procesului de învățare.

Secțiunile complementare, notate cu litera B sunt dedicate studiului alternativ, realizat în cadrul părților de seminar, a expunerilor suplimentare sau al activităților conexe cursului de bază de Ayurveda.

Aceste secțiuni, secțiunile B, abordează subiecte care completează sau dezvoltă anumite aspecte prezentate în cursul de bază (secțiunile A) oferind perspective suplimentare sau aprofundări tematice. Secțiunile complementare (secțiunile B) permit extinderea cadrului de studiu fără a modifica structura fundamentală a programei principale.

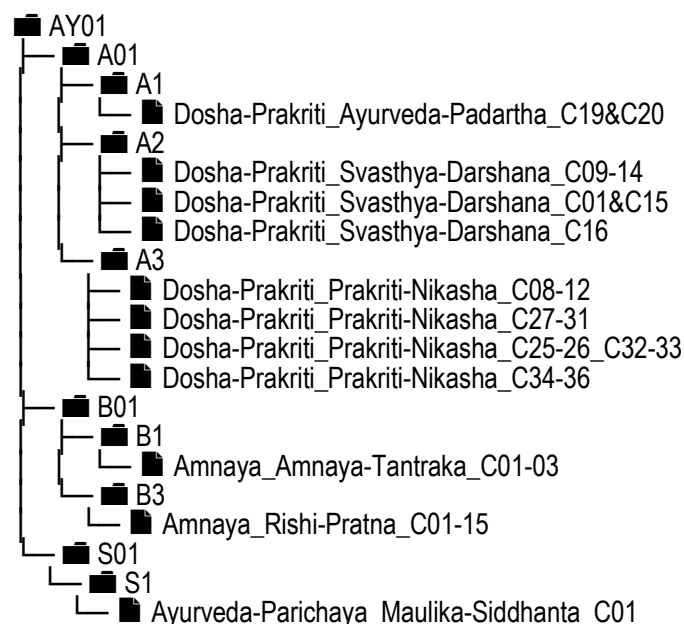
În cadrul fiecărui nivel pot exista și secțiuni suplimentare marcate cu litera S, care includ resurse educaționale destinate în special lecturii și studiului personal. Aceste materiale educaționale nu fac parte din prezentările incluse în programa cursului de bază de Ayurveda și nu sunt utilizate în mod direct în cadrul activităților didactice principale. Rolul acestora este de a oferi un suport suplimentar de documentare, permițând cursanților sau cititorilor interesați să aprofundeze anumite teme sau să își completeze cunoștințele prin lectură structurată.

Structura pe niveluri și tipuri de secțiuni permite o organizare clară a resurselor educaționale, în care fiecare material poate fi identificat rapid în funcție de nivelul de pregătire, tipul de activitate educațională și rolul său în cadrul procesului de studiu.

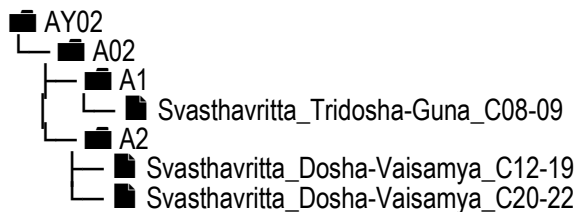
Această abordare contribuie la menținerea unei alcătuirii coerente a materialelor de învățare și facilitează accesul gradual la informații, în concordanță cu nivelul de pregătire al participanților.

Oferim în continuare un exemplu actualizat de organizare structurată a tuturor resurselor educaționale indicate în numerele de la 1 la 11 al revistei digitale Ayurveda Agenda, diferențiat pe nivele de studiu. Structurarea implică organizarea pe secțiuni (inclusiv cele trei tipuri de secțiuni descrise A, B și S), capitole și arhive de cursuri.

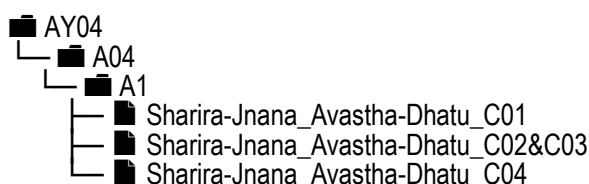
### Nivelul 1 de studiu din Ayurveda (AY01)



## Nivelul 2 de studiu din Ayurveda (AY02)

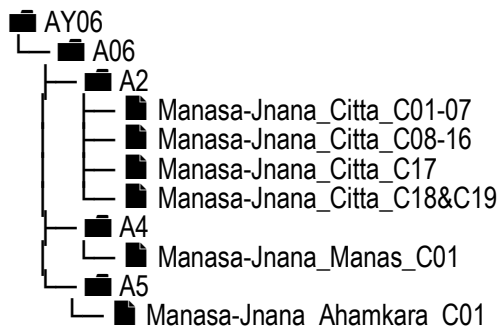


## Nivelul 4 de studiu din Ayurveda (AY04)



## Nivelul 6 de studiu din Ayurveda (AY06)

*Nivelul 6 de studiu al cursului de Ayurveda (AY06) include în prezent (numărul 11 din Ayurveda Agenda) materiale educaționale din trei capitole distincte ale secțiunii Manasa-Jnana (A06) și anume capitolele 2, 4 și 5.*



## Nivelul 10 de studiu din Ayurveda (AY10)



## Nivelul 15 de studiu din Ayurveda (AY15)



## Nivelul 32 de studiu din Ayurveda (AY32)



### Structura arhivelor ce includ resurse educaționale care au fost prezentate în numerele 1–11 ale revistei Ayurveda Agenda

În tabelul următor sunt prezentate denumirile tuturor arhivelor educaționale care au fost publicate în cadrul numerelor 1–11 ale revistei Ayurveda Agenda. Pentru fiecare arhivă sunt indicate în mod explicit nivelul de studiu, secțiunea și capitolul din care face parte materialul respectiv, astfel încât fiecare resursă să poată fi identificată și integrată cu ușurință în structura generală a programului de studiu.

Nivel	Secțiune	Capitol	Denumire arhivă	AA
AY01	A01	A1	Dosha-Prakriti_Ayurveda-Padartha_C19&C20	10
AY01	A01	A2	Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C01&C15	9
AY01	A01	A2	Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C09-14	5
AY01	A01	A2	Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C16	11
AY01	A01	A3	Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C08-12	2
AY01	A01	A3	Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C25-26_C32-33	7
AY01	A01	A3	Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C27-31	3
AY01	A01	A3	Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C34-36	8
AY01	B01	B1	Amnaya_Amnaya-Tantraka_C01-03	6
AY01	B01	B3	Amnaya_Rishi-Pratna_C01-15	6
AY01	S01	S1	Ayurveda-Parichaya_Maulika-Siddhanta_C01	11
AY02	A02	A1	Svasthavritta_Tridosha-Guna_C08-09	2
AY02	A02	A2	Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C12-19	1
AY02	A02	A2	Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C20-22	4
AY04	A04	A1	Sharira-Jnana_Avastha-Dhatu_C01	9
AY04	A04	A1	Sharira-Jnana_Avastha-Dhatu_C02&C03	10
AY04	A04	A1	Sharira-Jnana_Avastha-Dhatu_C04	11
AY06	A06	A2	Manasa-Jnana_Citta_C01-07	1
AY06	A06	A2	Manasa-Jnana_Citta_C08-16	2
AY06	A06	A2	Manasa-Jnana_Citta_C17	8
AY06	A06	A2	Manasa-Jnana_Citta_C18&C19	10
AY06	A06	A4	Manasa-Jnana_Manas_C01	11
AY06	A06	A5	Manasa-Jnana_Ahamkara_C01	11
AY10	A10	A1	Nidana-Sthana_Sandhana-Karaniya_C12-C14	3
AY15	A15	A1	Virodha-Cikitsa_Virodha-Gana_C01-02	8
AY32	A32	A1	Siddhi-Sthana_Phalamatra-Siddhi_C01-03	4