



Cuprins

Cursuri de specializare	pag. 01-02
Cărți și publicații	pag. 03
Resurse educaționale	pag. 04-06
➔ Nivel de studiu 01	pag. 04
➔ Nivel de studiu 04	pag. 04
➔ Nivel de studiu 07	pag. 05-06
➔ Nivel de studiu 22	pag. 06



Fundamentat pe principiile sattvavajaya-cikitsa din Ayurveda și corelat cu cercetările contemporane asupra conștiinței narative, cursul de Naratoterapie propune o abordare integrativă a identității personale, în relație directă cu echilibrul interior și cu funcționarea armonioasă a organismului.

Parcursul formativ din primul modul al cursului de Naratoterapie – „[Psihoprogramarea narativă biocompatibilă](#)” – urmărește identificarea tiparelor narative limitative și a structurilor disfuncționale care pot influența nefavorabil dezvoltarea personală, oferind în același timp instrumente practice de rescriere și reconfigurare a acestora într-o manieră biocompatibilă în spațiul conștiinței personale.

Sunt explorate concepte operative precum pragul narativității, relația dintre narativ și non-narativ, precum și criteriile de armonizare a construcției narative din conștiință în relație cu principiile biologice și constituționale proprii.

Prin exerciții aplicate și prin metode de integrare conștientă, cursul de Naratoterapie susține dezvoltarea unei perspective interioare clare și stabile, favorizând procesele de autoreglare, regenerare și echilibrare emoțională.

Formatul integral înregistrat permite parcurgerea conținutului de curs în ritm propriu și revenirea la reperele esențiale ori de câte ori este necesar, facilitând astfel o integrare gradată și eficientă în viața de zi cu zi, prin practica personală aplicată.

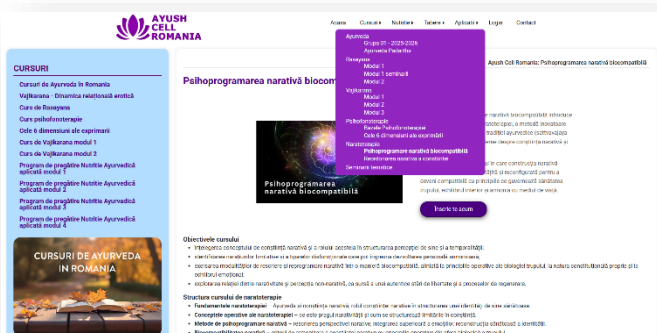
Înscrierea se face direct pe pagina:
ayushcell.ro/psihoprogramare

Cursuri de specializare

1 Curs de Naratoterapie, modulul 1: „Psihoprogramarea narativă biocompatibilă”

Un parcurs formativ nou care pune bazele Naratoterapiei în conformitate cu principiile din sattvavajaya-cikitsa, susținând restructurarea conștiinței narative și armonizarea personală.

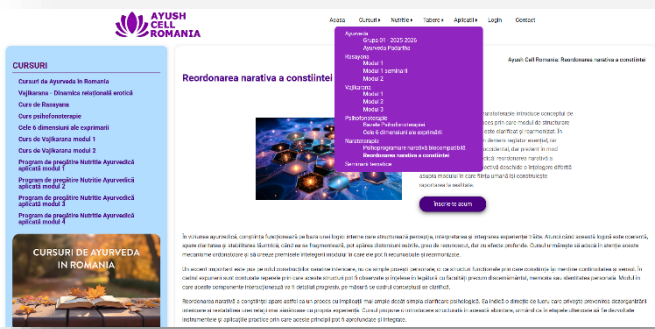
Cursul de specializare în [Naratoterapie](#) debutează cu modulul 1 intitulat „Psihoprogramarea narativă biocompatibilă”. Acest prim modul introduce un cadru specific de înțelegere și aplicare a Naratoterapiei. Naratoterapia este o metodă de lucru asupra conștiinței care urmărește identificarea, reorganizarea și rescrierea structurilor narative personale, astfel încât modul de percepție și integrare a experiențelor să devină coerent, echilibrat și favorabil proceselor de autoreglare și dezvoltare armonioasă.





2 Curs de Naratoterapie, modulul 2: „Reordonarea narativă a conștiinței”

Un modul aplicativ care aprofundează naratoterapia prin metode de reorganizare a conștiinței și de armonizare a modului de interpretare și integrare a experiențelor de viață.



Formatul digital, bazat pe înregistrări, permite parcurgerea conținutului în ritm propriu și reluarea etapelor esențiale, astfel încât procesul de reordonare să poată fi integrat treptat și eficient. Pentru susținerea practicii, sunt disponibile resurse suplimentare asociate exercițiilor.

Evoluția studiului în Naratoterapie – de la psihoprogramare narativă la reordonarea conștiinței

Parcurgerea succesivă a celor două module de Naratoterapie conturează un proces evolutiv în studiul Naratoterapiei, în care etapa inițială, centrată pe psihoprogramarea narativă biocompatibilă, oferă cadrul conceptual și instrumentele de identificare a structurilor narative personale, iar modulul dedicat reordonării narative aprofundează acest demers prin integrarea transformărilor realizate.

Primul modul urmărește conștientizarea și rescrierea tiparelor narative disfuncționale, al doilea modul introduce practicantul într-un proces de reorganizare sistematică a conștiinței.

Această progresie reflectă trecerea de la explorarea conceptelor fundamentale ale Naratoterapiei către aplicarea lor în exerciții de armonizare și stabilizare a perspectivei interioare.

Studiul evoluează către o capacitate amplă de organizare a întregului sistem de percepție și integrare a experiențelor în plan personal.

Modulul 2 al cursului de Naratoterapie, dedicat reordonării narative a conștiinței, dezvoltă în mod sistematic direcțiile introduse în primul modul, orientând procesul transformator către o reorganizare profundă a felului în care experiențele sunt integrate la nivelul conștiinței personale.

Accentul este pus pe stabilizarea unei perspective interioare cuprinzătoare, devenită aptă să susțină claritatea, continuitatea și echilibrul în raport cu dinamica vieții cotidiene.

Al doilea modul de Naratoterapie propune un demers reglator în care structurile narative sunt analizate și reconfigurate astfel încât să permită o legare firească a trăirilor și o reducere a fragmentării sau a inconsecvențelor de percepție.

Sunt prezentate metode operative prin care conștiința poate fi antrenată să își ordoneze propriile procese de interpretare, inclusiv în contextul experiențelor dificile, facilitând o integrare mai stabilă și mai adaptativă a acestora.

Prin exerciții practice adaptate și prin definirea unor importante repere aplicative, modulul 2 de Naratoterapie susține dezvoltarea capacității de a reveni la puncte de referință interne clare, contribuind la consolidarea unei structuri narative funcționale și flexibile în conștiință.

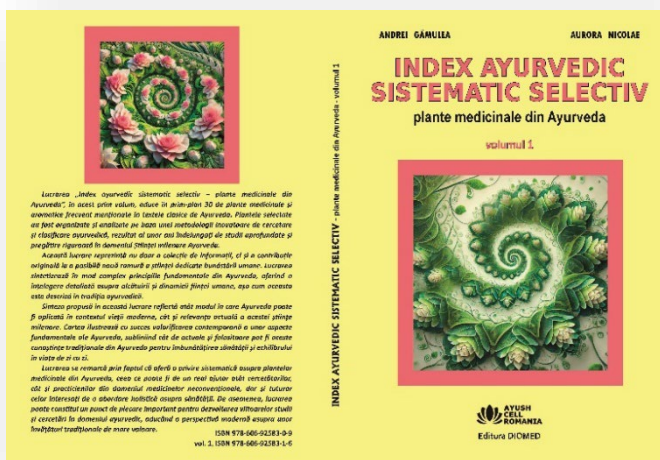
Înscrierea se face direct pe pagina: ayushcell.ro/reordonare_narativa



Cărți și publicații

3 Index ayurvedic sistematic selectiv – plante medicinale din Ayurveda – volumul 1

O lucrare originală care sistematizează plantele ayurvedice printr-o metodologie practică, facilitând utilizarea lor directă în context terapeutic și în studiul aplicat al Ayurvedei.



PARTEA 1	
INDEX AYURVEDIC SISTEMATIC SELECTIV PLANTE MEDICINALE DIN AYURVEDA - VOLUMUL 1	
ASHVAGANDHA	HARIDRA
ATMAGUPTA	HARITAKI
BHRINGARAJ	JAPA
BILVA	JYAKA
BRAMHI	JYANTHI
CHIRAYATA	JYOTISHMATI
DHATARI	KAMALA
KANCHANAR	PLARGIA
KSHIRAYASTI	SHATAVARI
MANDUKAPARNI	SALIZARI
MUSTA	SHATKARISHPI
NAGARA	SULTAVARI
NEEM	STIMULTANIA
PALASH	VAKRI
PIPPALI	VINDHA

Volumul facilitează trecerea de la cunoașterea teoretică la utilizarea structurată a plantelor medicinale în susținerea bunăstării și echilibrului.

Volumul reunește plante reprezentative din Ayurveda, precum **Ashvagandha** (rădăcina), **Atmagupta** (semințele), **Bhringaraj** (planta), **Bilva** (fructe), **Brahmi** (planta), **Chirayata** (partea aeriană), **Haridra** (rădăcina), **Haritaki** (fructele), **Japa** (florile), **Jyotishmati** (semințele), **Neem** (frunzele) și **Shatavari** (rădăcina), fiecare ilustrând o direcție de utilizare în practica ayurvedică.

Lucrarea este disponibilă la adresa: animaplant.ro/produs/index-ayurvedic-sistematic-selectiv-plante-din-ayurveda-vol-1/

Volumul 1 al [Indexului ayurvedic sistematic selectiv](#) dedicat plantelor din Ayurveda propune o abordare distinctă și inovatoare în prezentarea plantelor medicinale din Ayurveda, depășind formatul descriptiv clasic și orientând informația către utilizare practică și corelare sistematică.

Originalitatea lucrării constă în organizarea plantelor pe baza unei metodologii proprii de caracterizare ayurvedică, care integrează criteriile botanice, funcționale și terapeutice într-un cadru accesibil.

Fiecare plantă este prezentată sintetic, prin denumirile uzuale, botanice și tradiționale, alături de partea utilizată și de o serie de repere relevante pentru identificare și pentru utilizare.

Această structurare permite o orientare rapidă și eficientă, transformând lucrarea într-un instrument practic atât pentru studiu, cât și pentru utilizare în contexte terapeutice.

Prin această selecție și prin modul de organizare a informației, lucrarea oferă o perspectivă clară și aplicabilă asupra [fitoterapiei ayurvedice](#).

Sinteza propusă în această lucrare reflectă atât modul în care [Ayurveda](#) poate fi aplicată în contextul vieții moderne, cât și relevanța actuală a acestei științe milenare. Lucrarea se remarcă prin faptul că oferă o privire sistematică asupra plantelor medicinale din Ayurveda, ceea ce poate fi de un real ajutor atât cercetătorilor, cât și practicienilor din domeniul [medicinilor neconvenționale](#), precum și tuturor celor interesați de o abordare holistică asupra bunăstării și sănătății umane.

Recomandăm vizionarea înregistrării: <https://youtu.be/4FHSwQDq5mq>, unde sunt prezentate exemple practice care ilustrează aplicabilitatea informațiilor din această lucrare.



Resurse educaționale

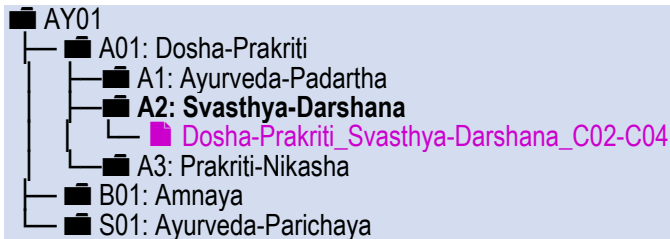
Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

4 Trei cursuri revizuite din capitolul Svasthya-Darshana despre structura subtilă și fundamentele spirituale ale ființei umane

Cursurile 2, 3 și 4 prezintă perspectiva asupra sănătății ca echilibru între trup, conștiință și spirit, evidențiind modul de manifestare a protecției aurice în structura subtilă a ființei umane.

Cursurile 2, 3 și 4 sunt incluse în nivelul 1 (AY01) de studiu, secțiunea Dosha-Prakriti (A01), capitolul 2, Svasthya-Darshana (A2), fiind disponibile în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Aceste cursuri au codurile **AY01-A01-A2-C02**, **AY01-A01-A2-C03** și **AY01-A01-A2-C04**.

Denumirea cursurilor și locul în programa de studiu a Cursului de bază de Ayurveda



Starea de sănătate, structura subtilă a ființei și temeiurile spirituale ale Ayurvedei

Cele trei cursuri dezvoltă o perspectivă amplă asupra stării de sănătate în Ayurveda, urmărind atât condițiile practice ale menținerii echilibrului, cât și fundamentele subtile și spirituale ale existenței umane. Cursul 2 evidențiază legătura permanentă dintre conștiință și trup. Sunt analizate rolul toxinelor (ama), importanța purității aurice, precum și relația dintre dezechilibrele lăuntrice și sănătate. Cursul 3 aprofundează descrierea celor trei linii de apărare ale ființei umane. Cursul 4 prezintă principiile filosofiei Samkhya și felul în care aplicarea acestora poate conduce ființa umană la clarificarea raporturilor dintre conștiință, suflet și trup.

Denumire: Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C02-C04

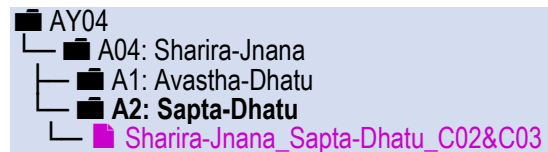
Ayurveda - Nivelul 4 de studiu - AY04

5 Două cursuri revizuite din capitolul Sapta-Dhatu despre apa organică și funcțiile nutritive ale lui rasa-dhatu în organismul uman

Cursurile 2 și 3 explică rolul apei organice în alcătuirea lui rasa-dhatu și evidențiază funcțiile sale nutritive, structuratoare, dinamice și informaționale în organismul uman.

Cursurile 2 și 3 fac parte din nivelul 4 (AY04), secțiunea Sharira-Jnana (A04), capitolul Sapta-Dhatu (A2), fiind disponibile în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Aceste cursuri au codurile **AY04-A04-A2-C02** și **AY04-A04-A2-C03**.

Denumirea cursurilor și locul în programa de studiu a Cursului de bază de Ayurveda



Apa organică și dinamica nutritivă a primului constituent (rasa-dhatu)

Cele două cursuri aprofundează natura primului constituent corporal (rasa-dhatu), evidențiind rolul esențial al apei organice în susținerea vitalității globale a ființei umane, a ansamblului proceselor de hrănire și în general a comunicării relevante dintre toate structurile constitutive trupesti.

Cursul 2 pune în evidență valoarea apei organice, asupra capacității ei de a purta informație și de a reflecta atât calitatea hranei, cât și a stărilor și dispozițiilor lăuntrice ale ființei.

Cursul 3 dezvoltă distincția dintre apa structurantă și apa circulantă, arătând faptul că dinamismul vital al primului constituent (rasa-dhatu) depinde de cooperarea subtilă dintre elementul subtil apă și elementul subtil aer.

Se conturează astfel o viziune profundă asupra apei biologice ca suport al proceselor naturale de regenerare, al echilibrului și al transmiterii informației relevante în organismul viu.

Denumire: Sharira-Jnana_Sapta-Dhatu_C02&C03



Ayurveda - Nivelul 7 de studiu - AY07

6 Un curs nou din capitolul Cetas-Pravriti, secțiunea Pravritti-Jnana, despre dinamica, orientarea și modelarea conștiinței instrumentale

Cursul 1 explică dinamica conștiinței instrumentale, diferența dintre vritti și pravritti și rolul componentelor subtile care modelează orientarea, reacțiile și tendințele vieții lăuntrice.

Cursul 1 face parte din nivelul 7 (AY07), secțiunea Pravritti-Jnana (A07), capitolul Cetas-Pravritti (A1), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY07-A07-A1-C01**.

Secțiunea **Pravritti-Jnana** (A07) se referă la studiul dinamicii, al tendințelor active și al orientărilor funcționale ale conștiinței instrumentale în cadrul experienței interioare a ființei umane.

Capitolul **Cetas-Pravritti** (A1) este un capitol nou în structura nivelului 7 de curs și se referă la studiul modului în care conștiința instrumentală se activează, se orientează și se angajează funcțional în raport cu percepția, gândirea, reacțiile interioare și acțiunea. Acest prim capitol urmărește dinamica participării câmpului intern al conștiinței la experiență, la formarea tendințelor și la organizarea răspunsurilor lăuntrice și comportamentale.

Denumirea cursurilor și locul în programa de studiu a Cursului de bază de Ayurveda

- AY07
 - A07: Pravritti-Jnana
 - A1: Cetas-Pravritti
 - Pravritti-Jnana_Cetas-Pravritti_C01

Dinamica conștiinței instrumentale și căile sale de angajare funcțională

Cursul 1 introduce cadrul conceptual al științei ayurvedice specializate Pravritti-Jnana, consacrată înțelegerii dinamicii, orientării și tendințelor active ale conștiinței instrumentale.

Expunerea clarifică mai întâi distincția dintre termenii vritti și pravritti, arătând că primul desemnează formele sau modificările câmpului interior al conștiinței, iar al doilea indică punerea lor în mișcare, orientarea către obiect, implicarea funcțională și angajarea în experiență.

Sunt apoi definite sensurile termenului cetas, ca expresie a câmpului intern al conștiinței personale, precum și diferențele dintre cetas, cetana și caitanya, primate ca niveluri distincte ale manifestării conștiinței.

Cursul 1 prezintă organul intern al conștiinței, cele patru componente ale sale și sistemele subtile prin care se structurează tendințele, reacțiile, orientările și mecanismele defensive ale vieții lăuntrice, oferind astfel o bază importantă pentru studiul modelării conștiinței în Ayurveda.

Denumire: Pravritti-Jnana_Cetas-Pravritti_C01



7 Un curs revizuit din capitolul Raksha-Viddhi, secțiunea Pravritti-Jnana, despre mecanismele defensive ale ego-ului și efectele lor limitatoare asupra ființei umane

Cursul 1 descrie mecanismele defensive ale ego-ului ca reacții automate limitatoare, evidențiind rolul conștientizării lor în transformarea interioară și sănătatea ființei.

Cursul 1 face parte din nivelul 7 (AY07), secțiunea Pravritti-Jnana (A07), capitolul Raksha-Viddhi (A2), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY07-A07-A2-C01**.

Capitolul **Raksha-Viddhi** (A2), se referă la descrierea și clasificarea mecanismelor defensive ale ego-ului (ahamkara), prezentate ca reacții automate de protecție ale conștiinței identitare. Este descris modul în care aceste mecanisme defensive (raksha-viddhi) apar în conștiința instrumentală a ființei, cum anume se manifestă și cum influențează conștiința ființei, comportamentul, relațiile, sănătatea psiho-mentală și inclusiv posibilitatea transformării lăuntrice autentice.



Denumirea cursurilor și locul în programa de studiu a Cursului de bază de Ayurveda

- AY07
 - A07: Pravritti-Jnana
 - A1: Cetas-Pravritti
 - A2: Raksha-Viddhi
 - Pravritti-Jnana_Raksha-Viddhi_C01

Mecanismele defensive ale ego-ului și rolul lor în limitarea asupra conștiinței

Cursul 1 prezintă natura mecanismelor defensive ale ego-ului (raksha-viddhi), înțelese ca reacții automate, limitatoare și preponderent inconștiente, prin care conștiința identitară (ahamkara) caută să se protejeze în fața unor situații percepute ca amenințătoare.

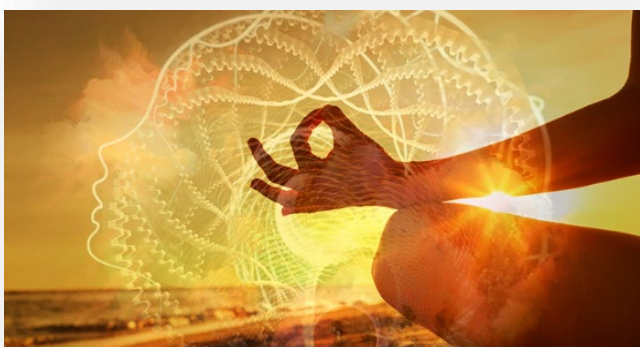
Expunerea arată că aceste reacții implică răspunsuri mecanice, care reduc temporar capacitatea de conștientizare și de obiectivare.

Sunt evidențiate raporturile dintre ego, conștiința senzorială și structura subtilă a organului intern al conștiinței (antahkarana), precum și dificultatea practică a recunoașterii propriilor mecanisme defensive chiar în momentul manifestării lor.

Cursul se referă la faptul că aceste automatisme pot deveni obstacole majore în transformarea interioară, în cunoașterea autentică de sine și chiar în menținerea sănătății trupești și psihice.

Prezentarea conturează o perspectivă profundă asupra necesității conștientizării și depășirii acestor reacții automate pentru a permite lucidității, discernământului și orientării spirituale să devină efectiv active în viața ființei umane.

Denumire: Pravritti-Jnana_Raksha-Viddhi_C01



Ayurveda - Nivelul 22 de studiu – AY22

8 Un curs revizuit din secțiunea Indriya-Sthana, despre indicatorii anticipativi ai momentelor de inflexiune existențială în Ayurveda

Cursul 1 explică sensul științei Indriya-Sthana și evidențiază rolul indicatorilor anticipativi în recunoașterea transformărilor profunde și a momentelor de inflexiune existențială.

Cursul 1 face parte din nivelul 22 (**AY22**), secțiunea Indriya-Sthana (**A22**), capitolul Varnasvariya (**A1**), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY22-A22-A1-C01**.

Secțiunea **Indriya-Sthana** se referă la cunoașterea semnelor anticipative prin care pot fi recunoscute momentele decisive de trecere existențială.

Capitolul **Varnasvariya** se referă la indicatorii audio-vizuali de bază prin care pot fi observate momente de trecere existențială importante.

Denumirea cursurilor și locul în programa de studiu a Cursului de bază de Ayurveda

- AY22
 - A22: Indriya-Sthana
 - A1: Varnasvariya
 - Indriya-Sthana_Varnasvariya_C01

Indicatorii anticipativi ai momentelor de inflexiune existențială în Ayurveda

Cursul 1 introduce semnificația secțiunii Indriya-Sthana și evidențiază faptul că aceasta urmărește cunoașterea anticipativă a unor momente majore de inflexiune existențială. Sunt clarificate sensurile termenului indriya și este explicat rolul indicatorilor perceptibili în evaluarea unor modificări radicale de stare. Expunerea arată că această știință are valoare practică pentru prognostic, pentru aprecierea transformărilor profunde ale conștiinței și pentru observarea modului în care astfel de modificări se reflectă în trup și în parametrii vitali.

Denumire: Indriya-Sthana_Varnasvariya_C01

Acces: ayushcell.ro/suport_scris