



Evenimente

1 O seară cu Gurudev Sri Sri Ravi Shankar, un dialog cultural româno-indian contemporan

Evenimentul organizat de Ambasada Indiei la București creează un cadru de întâlnire între spiritualitate, valori umaniste și cooperare culturală indo-română în contextul actual.

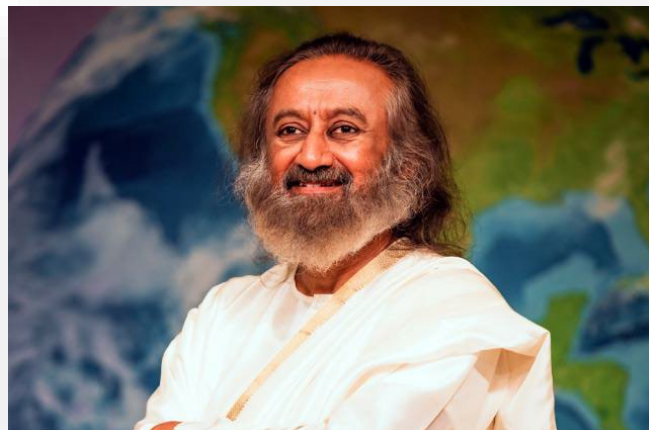
În data de 12 iunie 2026, la India House, Reședința Ambasadorului Indiei la București, va avea loc evenimentul intitulat „An Evening of Wisdom and Meditation with Gurudev Sri Sri Ravi Shankar”.

Evenimentul îl are în centru pe Gurudev Sri Sri Ravi Shankar, personalitate spirituală indiană de anvergură internațională, recunoscută pentru activitatea sa umanitară, pentru promovarea păcii și pentru contribuția adusă răspândirii practicilor spirituale tradiționale și cultivării valorilor umane.

Prin această întâlnire, Ambasada Indiei oferă invitaților un excelent prilej de apropiere de o viziune în care înțelepciunea, spiritualitatea, echilibrul lăuntric, responsabilitatea față de semenii și cultivarea păcii devin repere transformatoare vii ale dialogului dintre tradiție și actualitate.

Fondator al organizației Art of Living, inițiată în anul 1981, Gurudev Sri Sri Ravi Shankar a dezvoltat programe orientate către reducerea stresului, armonizarea vieții personale, educația pentru valori umane și susținerea unei culturi globale a păcii.

Activitatea sa este asociată cu viziunea unei societăți eliberate de stres și de violență, în care transformarea personală, disciplina interioară, spiritualitatea, conștiința și implicarea socială realizată în direcția binelui devin componente complementare ale unei vieți echilibrate.



Prin programele dezvoltate de Art of Living, mesajul său a ajuns în numeroase țări și comunități, fiind receptat atât în spații educaționale și sociale, cât și în contexte de dialog intercultural, inițiative umanitare și proiecte de reconstrucție comunitară.

Una dintre contribuțiile centrale asociate cu Gurudev Sri Sri Ravi Shankar este metoda Sudarshan Kriya, o practică respiratorie integrată în programele Art of Living. Această metodă indică importanța pe care tradiția indiană o acordă respirației ca punte între trup, energie, afectivitate și conștiință. Asemenea practici retrezesc atenția asupra faptului că echilibrul lăuntric nu poate fi separat de calitatea vieții și a relațiilor și de modul în care ființa umană participă la comunitate.

Evenimentul de la India House oferă un cadru de reflecție asupra felului în care înțelepciunea tradițională poate fi transmisă astăzi într-o formă deschisă, nonconflictuală și universal accesibilă.





Pacea interioară, bucuria vieții și valorile umane sunt teme care pot depăși granițele culturale sau de viziune, devenind repere comune într-o lume marcată de tensiune, fragmentare și suprasolicitare.

La invitația transmisă din partea Excelenței Sale Dr. Manoj Kumar Mohapatra, Ambasadorul Indiei în România, prin intermediul Ambasadei Indiei la București, reprezentanții AMN-România participă la acest eveniment consacrat valorilor spirituale, culturale și umanitare ale Indiei contemporane.



Prezența domnului Andrei Gămulea, președinte AMN-România, și a doamnei Aurora Nicolae, vicepreședinte AMN-România, exprimă deschiderea constantă față de dialogul cu spațiul indian și față de inițiativele care apropie România și India prin cultură, cunoaștere și cooperare diplomatică.

Știința tradițională a Ayurvedei exprimă o viziune amplă asupra vieții, în care echilibrul trupesc, armonia, claritatea conștiinței, conduita etică și integrarea socială sunt în mod strâns conectate.

Din această perspectivă, o seară dedicată înțelepciunii și tradiției indiene se integrează în mod firesc în continuitatea valorilor care susțin o viață conștientă, echilibrată și benefică.

În același timp, o asemenea întâlnire are o semnificație aparte prin faptul că reunește două direcții importante și anume prezența vie a culturii indiene în România și reprezentarea unei remarcabile tradiții spirituale contemporane.



Evenimentul este un reper al modului în care valorile Indiei continuă să fie cunoscute în România nu doar prin scrieri, concepte și tradiții studiate, ci și prin întâlniri directe cu personalități care au contribuit la răspândirea globală a acestor valori.

Rolul Ambasadei Indiei la București este, în acest context, unul de mediere culturală activă. Prin organizarea unor asemenea evenimente, India House devine un loc al întâlnirilor dintre tradiție și contemporaneitate, dintre spiritualitate și cultură, dintre personalități reprezentative ale Indiei și cei interesați de cunoașterea spirituală indiană.

Participarea AMN-România la această seară confirmă continuitatea unei relații de respect, deschidere și cooperare cu instituțiile indiene prezente în România.

Evenimentul dedicat întâlnirii cu Gurudev Sri Sri Ravi Shankar este un moment de convergență între diplomația culturală și cultivarea valorilor umane și oferă un prilej de apropiere de una dintre personalitățile indiene contemporane care au contribuit semnificativ la răspândirea globală a practicilor spirituale tradiționale ale Indiei.



Cuprins

2 Structura conținutului curent al revistei digitale Ayurveda Agenda

Cuprinsul revistei digitale Ayurveda Agenda include precizări despre capitolele resurselor educaționale ale fiecărui nivel de studiu inclus.



Evenimente pag. 01-02

Cuprins pag. 03

Resurse educaționale pag. 03-06

Ayurveda - Nivel 01 pag. 03

► **Svasthya-Darshana** **NOU** pag. 03

Ayurveda - Nivel 02 pag. 04

► **Dosha-Sambandha** **R** pag. 04

Ayurveda - Nivel 03 pag. 04

► **Rasa** **R** pag. 04

Ayurveda - Nivel 04 pag. 05

► **Sapta-Dhatu** **NOU** pag. 05

Ayurveda - Nivel 05 pag. 05

► **Srota** **NOU** pag. 05

Ayurveda - Nivel 06 pag. 06

► **Ahamkara** **NOU** pag. 06

Ayurveda - Nivel 07 pag. 06

► **Cetas-Pravritti** **NOU** pag. 06

Resurse educaționale

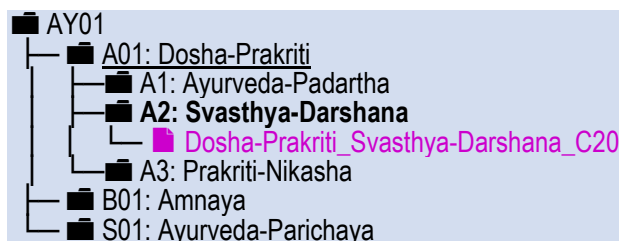
Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

3 Un curs nou din capitolul Svasthya-Darshana despre kshetra-anurupa-shakti-siddhanta și cele cinci kosha

Cursul 20 explică primul principiu al vindecării prin corespondența dintre energia utilizată și specificul învelișului asupra căruia se intervine.

Cursul 20 este inclus în nivelul 1 (AY01) de studiu, secțiunea Dosha-Prakriti (A01), capitolul 2, Svasthya-Darshana (A2), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Acest curs de Ayurveda are codul: **AY01-A01-A2-C20**.

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



Energia potrivită fiecărui nivel al ființei

Cursul 20 prezintă primul principiu al vindecării din Ayurveda, kshetra-anurupa-shakti-siddhanta, aplicat la cele cinci învelișuri ale ființei.

Orice intervenție vindecătoare este necesar să folosească o energie compatibilă cu planul în care se manifestă dezechilibrul. La nivelul lui anna-maya-kosha sunt necesare remedii, alimente, plante și acțiuni orientate către trup. La nivelul lui prana-maya-kosha sunt importante respirația, alternanța activitate-repaus și vitalizarea. La nivelul lui mano-maya-kosha contează emoțiile, impresiile și orientarea psihomentală. La nivelul lui vijñana-maya-kosha vindecarea cere claritate, discernământ și înțelegere justă. La nivelul lui ananda-maya-kosha, intervenția presupune pace profundă, sens, deschidere și comuniune superioară.

Denumire: Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C20



Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

4 Două cursuri revizuite din capitolul Dosha-Sambandha despre tiparele relaționale interconstituționale

Cursurile 7 și 8 explică relațiile simetrice și asimetrice prin asemănări și contraste, indicând posibilități de armonizare constituțională.

Cursurile 7 și 8 fac parte din nivelul 2 (AY02) de studiu, secțiunea principală Svasthavritta (A02), capitolul Dosha-Sambandha (A4), fiind disponibile atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil. Aceste două cursuri au codurile: **AY02-A02-A4-C07** și **AY02-A02-A4-C08**.

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



Relațiile simetrice, asimetrice și similare în Dosha-Sambandha

Cursurile aprofundează analiza relațiilor interconstituționale Dosha-Sambandha.

Cursul 7 dezvoltă raporturile simetrice determinate de rezonanța comună la nivelul dosha-ei secundare și al dosha-ei ternare.

Sunt descrise diferențele de potențial dintre domeniul predominant, domeniul secundar și cel ternar, precum și modul în care asemănările ascunse, rare sau subconștiente pot genera atracții, respingeri, evenimente memorabile și, în anumite situații, transformări relaționale.

Cursul 8 continuă recomandările practice pentru armonizarea interacțiunilor simetrice și introduce structura relațiilor asimetrice, bazate pe contrastul dintre dosha predominantă a unei ființe și dosha ternară a celeilalte în cadrul relațiilor duale.

Se face referire la complementaritate și la responsabilitatea modelului oferit celuilalt.

Denumire: Svasthavritta_Dosha-Sambandha_C07&C08

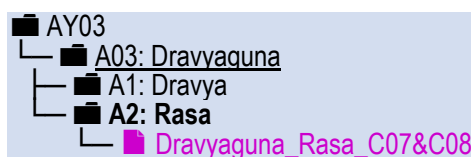
Ayurveda - Nivelul 3 de studiu - AY03

5 Două cursuri revizuite din capitolul Rasa, despre gustul picant (katu-rasa) și gustul amar (tikta-rasa) în Dravyaguna

Cursurile 7 și 8 descriu gusturile picant și amar prin intermediul unor exemple de resurse vegetale, prin descrierea naturii subtile, a acțiunilor terapeutice și a riscurilor excesului.

Cursurile 7 și 8 fac parte din nivelul 3 (AY03), secțiunea Dravyaguna (A03), capitolul Rasa (A2), fiind disponibile în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil. Aceste două cursuri au codurile: **AY03-A03-A2-C07** și **AY03-A03-A2-C08**.

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



Descrierea gustului picant și a gustului amar în Dravyaguna

Cursurile continuă prezentarea ayurvedică a gusturilor elementare (rasa) prin analiza gustului picant și a gustului amar.

Cursul 7 descrie gustul picant (katu-rasa), prezența acestuia în condimente, plante aromatice și plante iuți, cele patru nuanțe principale ale sale, natura sa subtilă și acțiunile sale digestive, stimulente, purificatoare, sudorifice, antimicrobiene și dezobstruante.

Sunt prezentate consecințele folosirii excesive a gustului picant, mai ales asupra țesuturilor, potenței și stabilității lui vata-dosha.

Cursul 8 analizează gustul amar (tikta-rasa), frecvența sa în plantele medicinale, natura sa subtilă, efectele detoxifiante, antifebrile, antihelmintice, purificatoare, tonice și reducătoare ale exceselor pitta și kapha, precum și riscurile diminuării țesuturilor în cazul unor forme de utilizare excesivă a acestui gust amar.

Denumire: Dravyaguna_Rasa_C07&C08



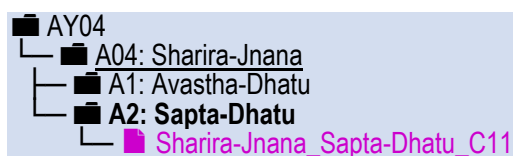
Ayurveda - Nivelul 4 de studiu - AY04

6 Un curs nou din capitolul Sapta-Dhatu despre rakta-dhatu, grupele sanguine și profilul temperamental

Cursul 11 descrie compoziția sângelui, grupele sanguine și unele repere temperamentale orientative corelate analogic cu analiza ayurvedică a lui rakta-dhatu.

Cursul 11 face parte din nivelul 4 (AY04), secțiunea Sharira-Jnana (A04), capitolul Sapta-Dhatu (A2), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, și are codul **AY04-A04-A2-C11**.

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



Rakta-dhatu, grupele sanguine și reperele tipologice asociate

Cursul 11 continuă analiza celui de-al doilea constituent corporal (rakta-dhatu) printr-o prezentare detaliată a compoziției sângelui și a rolului hematiilor în definirea specificului său calitativ ayurvedic.

Se face referire la plasma sanguină, elementele figurate, hemoglobina, fierul, oxigenul și relația subtilă determinantă care caracterizează sângele (rakta) ca fluid corporal vitalizant.

Cursul se referă la grupele sanguine în sistemele ABO și Rh, cu precizări privind compatibilitatea transfuzională. Sunt prezentate observații tipologice orientative asociate grupelor sanguine, cu accent pe grupele A și O și pe unele corespondențe analogice cu anumite tendințe constituționale ayurvedice.

Sângele (rakta-dhatu) poate fi observat simultan ca realitate biologică, suport al vitalității și reper tipologic secundar. Este menționată necesitatea evaluării constituționale ayurvedice complete a ființei umane, în ansamblul trupesc și lăuntric.

Denumire: Sharira-Jnana_Sapta-Dhatu_C11

Ayurveda - Nivelul 5 de studiu - AY05

7 Un curs nou din capitolul Srota despre rasa-vaha-srota, rakta-vaha-srota și mamsa-vaha-srota

Cursul 6 descrie primele trei sisteme dhatu-vaha-srota prin prezentarea originii, organelor, funcțiilor și rolurilor în nutriție și dinamică.

Cursul 6 face parte din nivelul 5 (AY05), secțiunea Kritya-Jnana (A05), capitolul Srota (A1), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, și are codul: **AY05-A05-A1-C06**.

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



Rasa-vaha-srota, rakta-vaha-srota și mamsa-vaha-srota

Cursul 6 prezintă clasa sistemelor de canale prin analiza primelor trei srota-uri asociate dhatu-urilor: rasa-vaha-srota, rakta-vaha-srota și mamsa-vaha-srota. Sunt descrise originea, organele și funcțiile fiecărui sistem corporal.

Rasa-vaha-srota este corelat cu sistemul limfatic, plasma, limfa, pielea și hrănirea tisulară primară.

Rakta-vaha-srota este sistemul vascular și hematopoietic, legat de ficat, splină, raktadhara-kala, mușchi, măduvă roșie și formarea sângelui.

Mamsa-vaha-srota este analizat ca sistem al țesutului muscular, al tendoanelor, mișcării, senzațiilor corporale și producerii căldurii.

Cursul arată continuitatea dintre digestie, circulație, nutriție, vitalizare și acțiunea coordonată a trupului. Cele trei sisteme sunt structuri dinamice ale susținerii organice, care transformă hrana asimilată în fluide nutritive, sânge și forță musculară. Este evidențiată legătura dintre dhatu-uri, funcțiile trupesti și expresia energiei vitale în ființa umană, cu scopul asigurării echilibrului și stabilității funcționale.

Denumire: Kritya-Jnana_Srota_C06



Ayurveda - Nivelul 6 de studiu - AY06

8 Un curs nou din capitolul Ahamkara despre ahamkara, focalizare și autodepășire adaptativă

Cursul 6 explică rolurile stabilizatoare ale lui ahamkara, utilizarea superioară a focalizării și diferența dintre autodepășirea adaptativă și suprasolicitare.

Cursul 6 face parte din nivelul 6 (AY06), secțiunea Manasa-Jnana (A06), capitolul Ahamkara (A5), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul **AY06-A06-A5-C06**.

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



Ahamkara, focalizarea conștiinței și autodepășirea adaptativă

Cursul 6 analizează funcțiile stabilizatoare ale conștiinței identitare, ahamkara, și modul în care acestea pot deveni utile sau perturbatoare. Ahamkara poate coagula atenția, poate delimita interiorul de exterior și poate susține organizarea minimă a vieții personale. Sunt prezentate legăturile dintre identitate, autoreglare, imunitate și dezechilibrele psihosomatice.

Cursul 6 prezintă utilizarea superioară a funcției identitare prin focalizare și disciplinarea atenției.

Este descrisă autodepășirea adaptativă, diferențiind efortul transformator de suprasolicitare nocivă și arătând faptul că depășirea limitelor impuse de ahamkara este validă numai atunci când produce claritate, libertate, armonie și integrare spirituală, fără degradarea trupului, fără confuzie psihică și fără consolidarea mecanică a egoului prin voință egoistă, orgoliu sau forțare disproporționată în activități sau în practica spirituală.

Denumire: Manasa-Jnana_Ahamkara_C06

Ayurveda - Nivelul 7 de studiu - AY07

9 Un curs nou din capitolul Cetas-Pravritti despre mano-vaha-srota și buddhi-vaha-srota

Cursul 4 explică activarea lui buddhi-vaha-srota, diferența dintre reacția lui manas și discernământul lui buddhi, precum și vulnerabilitatea la rajas și tamas.

Cursul 4 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-C04**.

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



Activarea lui buddhi-vaha-srota și discernământul funcțional

Cursul 4 aprofundează dinamica funcțională a conștiinței instrumentale prin analiza activării sistemului discriminativ (buddhi-vaha-srota).

Pornind de la îndemnul popular „Gândește-te de două ori”, cursul arată diferența dintre reacția imediată a lui manas și evaluarea discriminativă realizată de conștiința discriminativă (buddhi).

Cursul urmărește să clarifice raportul dintre mano-vaha-srota, buddhi-vaha-srota și citta-vaha-srota, evidențiind totodată rolul rețelelor funcționale ale atenției în orientarea, selectarea, filtrarea, validarea și integrarea informației în dinamica vie a conștiinței instrumentale.

Cursul menționează natura punctuală, imediată și selectivă a lui manas, apoi arată necesitatea intervenției lui buddhi pentru trecerea de la percepție la discernământ. Este evidențiată vulnerabilitatea lui mano-vaha-srota la rajas și tamas, prin hiperactivare, confuzie sau blocaj.

Denumire: Pravritti-Jnana_Cetas-Pravritti_C04

Acces: ayushcell.ro/suport_scris