



Evenimente

1 Un eveniment cultural româno-indian de excepție la India House

Vasudhaiva Kutumbakam – viziunea indiană a unei lumi pașnice ca o singură familie

În cadrul recepției organizate la India House, Reședința Ambasadorului Indiei la București, vineri, 12 iunie 2026, discursul Excelenței Sale Dr. Manoj Kumar Mohapatra, Ambasadorul Indiei în România, a oferit participanților o perspectivă amplă asupra felului în care India contemporană își înțelege rolul în lume: prin dialog, solidaritate, educație, responsabilitate internațională și cooperare pașnică.

Adresându-se invitaților într-un mod direct și cordial, Excelența Sa a așezat în centrul intervenției sale una dintre formulele fundamentale ale gândirii indiene, Vasudhaiva Kutumbakam, și a explicat această expresie printr-o formulare simplă și profundă: „Întreaga lume este o singură familie”.

Această idee, care are rădăcini străvechi în spiritualitatea și filosofia indiană, exprimă convingerea că umanitatea nu poate fi privită doar prin separări geopolitice, economice sau culturale, ci este necesar să fie înțeleasă ca o comunitate extinsă, în care responsabilitatea și înțelegerea față de ceilalți devin valori esențiale.

Excelența Sa a reamintit că această viziune a fost pusă în evidență și cu ocazia președinției indiene a G20, atunci când India a propus lumii o formulă de unitate și convergență: „Un singur pământ, o singură familie, un singur viitor”. Această idee a fost evocată ca expresie a unei filosofii constante, în care dezvoltarea economică, progresul tehnologic și capacitatea de acțiune internațională sunt integrate într-o viziune mai largă asupra păcii și cooperării.

Un punct important al intervenției a fost referirea la perioada pandemiei, evocată ca moment de mare dificultate pentru întreaga lume, dar și ca prilej de manifestare concretă a solidarității. Excelența Sa a subliniat faptul că India a avut un rol major în producerea și distribuirea de resurse medicale, afirmând că sprijinul Indiei a ajuns în „peste o sută de țări”. Dincolo de dimensiunea numerică a acestei afirmații, accentul discursului a fost pus asupra ideii că o mare capacitate națională devine cu adevărat valoroasă atunci când este orientată către binele comun, al tuturor oamenilor de pe planetă.

În această lumină, India a fost prezentată ca o civilizație care urmărește să-și exprime ascensiunea într-un mod pașnic, cooperant și responsabil. „Aceasta este filosofia noastră”, a subliniat Excelența Sa, referindu-se la modul în care India caută să distribuie experiența, cunoașterea și resursele sale către prieteni, parteneri, comunități și state aflate în dificultate sau în nevoie.

Un moment cu o semnificație aparte pentru auditoriul român a fost acela în care Ambasadorul Indiei a afirmat apropierea dintre India și România într-un limbaj cald și incluziv: „Îi considerăm pe români membri ai comunității noastre”.

Această formulare depășește limbajul strict protocolar și exprimă o disponibilitate reală pentru apropiere culturală, dialog instituțional și consolidarea relațiilor dintre cele două țări, India și România. În contextul evenimentului cultural în care au fost rostite, asemenea cuvinte au evidențiat nu doar politețea diplomatică, ci în mod special sentimentul unei afinități culturale și umane remarcabile, care poate însufleți și poate susține proiecte comune, valoroase, pe termen lung.



Pentru publicația săptămânală Ayurveda Agenda, această perspectivă are o rezonanță specială. Ayurveda, ca știință tradițională a vieții, a fost întotdeauna integrată într-o viziune mai largă asupra echilibrului, responsabilității și armoniei dintre ființa umană, comunitate și natură. De aceea, filosofia Vasudhaiva Kutumbakam poate fi înțeleasă și ca o extensie civilizațională a unei viziuni a sănătății colective: o lume devine mai echilibrată atunci când popoarele, instituțiile și comunitățile se raportează unele la altele prin respect, sprijin reciproc și cooperare afectuoasă și lucidă.

Discursul Excelenței Sale a pus în evidență faptul că relația dintre India și România poate fi consolidată nu doar prin schimburi economice sau diplomatice, ci și prin valori comune: educație, cultură, sănătate, responsabilitate socială și deschidere față de tradițiile autentice ale cunoașterii și spiritualității. În acest sens, prezența reprezentanților AMN-România la eveniment a confirmat interesul pentru aprofundarea dialogului româno-indian și pentru promovarea unor forme de colaborare fructuoase, care pot aduce împreună patrimoniul spiritual și științific al Indiei cu preocupările culturale și educaționale din România.

În finalul intervenției sale, Excelența Sa a încheiat într-un spirit de recunoștință și cordialitate, folosind formula „Dhanyavad” – „Mulțumesc” – și salutul „Jai Hind”. Aceste cuvinte au încheiat un discurs care a reunit într-un mod firesc reflecția filosofică, experiența diplomatică, evocarea solidarității internaționale și afirmarea prieteniei față de România. Prin mesajul său, se conturează o imagine a Indiei contemporane ca spațiu al continuității dintre tradiție și modernitate, dintre viziune spirituală și acțiune concretă, dintre identitate națională și responsabilitate globală.



Sri Sri Ravi Shankar la India House – o prezență a păcii, a simplității și a dialogului

În cadrul serii organizate la India House, Reședința Ambasadorului Indiei la București, prezența lui Gurudev Sri Sri Ravi Shankar a adus în fața participanților căldura unei întâlniri directe, simple și profund umane. Evenimentul a avut un caracter aparte tocmai prin faptul că dialogul a devenit un spațiu al întrebărilor, al răspunsurilor și al reflecției.

În partea introductivă a intervenției sale, Sri Sri Ravi Shankar a abordat una dintre temele cele mai sensibile ale lumii contemporane, anxietatea, și a observat că, în ultimele decenii, omenirea s-a confruntat cu forme tot mai intense de neliniște, tensiune și nesiguranță, dar a remarcat totodată un fenomen subtil: atunci când un anumit tip de problemă devine foarte prezent, ființa umană se obișnuiește treptat cu el, iar sensibilitatea față de acea problemă începe să scadă. În cuvintele sale, atunci când suntem prea mult timp în interiorul unei probleme, ea nu mai pare întotdeauna atât de mare, deși provocările rămân, iar anxietatea continuă.

Răspunsul pe care Sri Sri Ravi Shankar l-a oferit a fost unul interior și practic. Pentru a depăși anxietatea, ființa umană trebuie „să se întoarcă spre interior, să meargă înăuntru”. Această formulare simplă a concentrat una dintre ideile centrale ale întâlnirii: pacea nu poate fi construită doar prin soluții exterioare, oricât de necesare ar fi acestea, ci are nevoie și de o transformare lăuntrică, de o reconectare cu centrul spiritual profund al ființei.

În același context, Sri Sri Ravi Shankar a subliniat că „în acest timp avem nevoie de făcători de pace”. Afirmatia a avut o rezonanță puternică, într-o epocă marcată de conflicte și tensiuni colective.



Sri Sri Ravi Shankar a arătat că atunci când apar diviziunile, comunicarea se frânge din interior. Refacerea păcii începe cu refacerea comunicării, cu recâștigarea încrederii și cu depășirea reacțiilor generate de teamă sau de neînțelegere.

Pentru a evidenția continuitatea istorică a conflictelor, Gurudev a amintit că, în istoria cunoscută a umanității, perioadele fără conflict au fost foarte rare. Această observație a fost formulată ca o chemare la luciditate. Lumea actuală are nevoie de pace tocmai pentru că istoria a cunoscut prea multă violență, prea multă suferință și prea multe rupturi între comunități, popoare și oameni.

Ceea ce a impresionat în mod deosebit a fost felul în care Sri Sri Ravi Shankar a unit aceste teme grave cu o prezență calmă, senină și accesibilă, a răspuns întrebărilor celor prezenți cu naturalețe, cu atenție și cu o delicatețe care a transformat întâlnirea într-un dialog profund. Răspunsurile sale au avut adeseori simplitatea unor îndemnuri esențiale, dar în spatele acestei simplități se putea simți experiența unei vieți dedicate meditației profunde, păcii interioare și apropierii dintre oameni.

Pentru participanți, acest dialog a fost cu atât mai valoros cu cât întrebările au adus în prim-plan preocupări concrete: neliniștea omului contemporan, nevoia de echilibru, comunicarea dintre oameni, dificultatea de a păstra pacea launtrică într-un mediu tensionat și felul în care fiecare poate contribui, chiar modest, la diminuarea conflictelor din jur. Sri Sri Ravi Shankar a răspuns acestor preocupări într-un mod cald și viu, orientând mereu atenția celor prezenți către interiorizare, claritate, afecțiune, calm și responsabilitate.

Pentru publicația Ayurveda Agenda, o asemenea întâlnire are o semnificație aparte. Ayurveda, ca știință tradițională a vieții, nu privește sănătatea doar ca absență a bolii, ci ca armonie între trup, energie, conștiință, comunitate și ritmul mai larg al existenței. Din această perspectivă, mesajul lui Sri Sri Ravi Shankar despre întoarcerea spre interior, despre pace și despre depășirea anxietății se așază firesc într-o viziune holistică asupra ființei umane.

Evenimentul de la India House a fost un moment remarcabil de apropiere umană și de reflecție, în care spiritualitatea indiană s-a exprimat printr-o prezență caldă, deschisă și profund comunicativă.



În răspunsurile sale, Sri Sri Ravi Shankar a explicat și rolul meditației ca formă profundă de odihnă conștientă. Gurudev a arătat că somnul obișnuit aduce repaus trupului și conștiinței, însă în meditația profundă se produce o stare aparte: trupul se odihnește profund, în timp ce conștiința rămâne trează, prezentă și ușor alertă. În acest sens, meditația este o modalitate de refacere interioară, prin care ființa umană poate dobândi, într-un timp scurt, o stare de liniște și regenerare profundă.

Prin răspunsurile oferite celor prezenți, Gurudev Sri Sri Ravi Shankar a arătat că pacea launtrică este o practică vie, care începe în interiorul fiecărei ființe și se poate răspândi apoi în familie și societate.

Mesajul său rămâne limpede și actual: omul are nevoie să regăsească drumul către sine pentru a putea deveni, la rândul său, un „*purător de pace*”.





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. 01-04

Cuprins pag. 04

Resurse educaționale pag. 04-06

Ayurveda - Nivel 01 pag. 04

► **Svasthya-Darshana** C21 (NOU)

Ayurveda - Nivel 02 pag. 05

► **Dosha-Sambandha** C09 (NOU)

Ayurveda - Nivel 03 pag. 05

► **Rasa** C09&10 (R)

Ayurveda - Nivel 06 pag. 06

► **Ahamkara** C07 (NOU)

Ayurveda - Nivel 07 pag. 06

► **Cetas-Pravritti** C05 (NOU)

Resurse educaționale

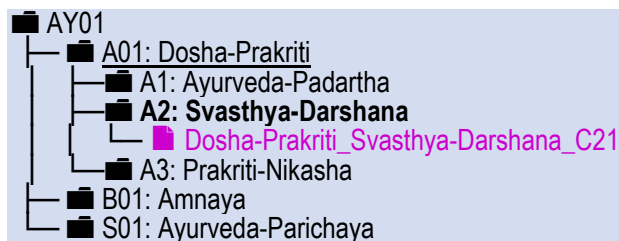
Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

3 Un curs nou din capitolul Svasthya-Darshana despre matranurupa-shakti-siddhanta și măsura transformării vindecătoare

Cursul 21 explică principiul măsurii adecvate, aplicat celor cinci kosha, prin doză, ritm, continuitate, claritate și deschidere spirituală.

Cursul 21 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-C21**.

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



Măsura vindecătoare în cele cinci kosha

Cursul 21 prezintă cel de-al doilea principiu al vindecării din Ayurveda, matranurupa-shakti-siddhanta, principiul energiei proporționale cu măsura transformării necesare.

Cursul arată că o intervenție vindecătoare nu trebuie să fie doar adecvată calitativ, ci și suficientă ca intensitate, durată, ritm și continuitate. Principiul al doilea al vindecării este aplicat celor cinci învelișuri ale ființei: anna-maya-kosha, prana-maya-kosha, mano-maya-kosha, vijnana-maya-kosha și ananda-maya-kosha.

Cursul 21 explică importanța dozării corecte în alimentație, respirație, stare vitală, stări benefice, discernământ și deschidere spirituală, indicând faptul că o transformare benefică reală cere măsură, consecvență și profunzime.

Denumire: Dosha-Prakriti_Svasthya-Darshana_C21



Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

4 Un curs nou din capitolul Dosha-Sambandha despre tipare și incompatibilități constituționale

Cursul 9 explică valoarea celor 15 tipare relaționale în analiza compatibilității și a incompatibilității relațiilor interconstituționale.

Cursul 9 face parte din nivelul 2 (**AY02**) de studiu, secțiunea principală Svasthavritta (**A02**), capitolul Dosha-Sambandha (**A4**), fiind disponibil atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil. Acest curs are codul **AY02-A02-A4-C09**.

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

- AY02
 - A02: Svasthavritta
 - A1: Tridosha-Guna
 - A2: Dosha-Vaisamya
 - A3: Dosha-Samya
 - A4: Dosha-Sambandha
 - Svasthavritta_Dosha-Sambandha_C09

Tiparele relaționale și calitatea interacțiunilor constituționale

Cursul 9 continuă analiza tiparelor relaționale Dosha-Sambandha prin aprofundarea relațiilor similare și prin prezentarea valorii practice a celor 15 tipare constituționale ayurvedice. Se arată faptul că atracția, respingerea, compatibilitatea și incompatibilitatea nu depind doar de asemănarea sau diferența dintre dosha-uri, ci și de predominanța calitativă sattva, rajas sau tamas.

Sunt explicate relațiile simetrice, asimetrice și similare, rolul dosha-ei predominante, secundare și ternare, precum și importanța armonizării dosha-ei ternare (apara-dosha) în relații.

Cursul evidențiază faptul că diferențele constituționale pot deveni trepte de maturizare relațională atunci când sunt orientate către sattva, comunicare, responsabilitate, autocunoaștere și elevare reciprocă, mai ales în relațiile de cuplu și colaborare conștientă profundă. Această perspectivă oferă repere pentru transformarea conflictelor în complementaritate și înțelegere.

Denumire: Svasthavritta_Dosha-Sambandha_C09

Ayurveda - Nivelul 3 de studiu - AY03

5 Două cursuri revizuite din capitolul Rasa, despre gustul astringent (kashaya-rasa) și despre influența gusturilor asupra dosha-urilor

Cursurile 9 și 10 prezintă gustul astringent și efectele celor șase gusturi elementare asupra stărilor de creștere sau scădere ale dosha-urilor.

Cursurile 9 și 10 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-C09** și **AY03-A03-A2-C10**.

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

- AY03
 - A03: Dravyaguna
 - A1: Dravya
 - A2: Rasa
 - Dravyaguna_Rasa_C09&C10

Gustul astringent și influența celor șase gusturi asupra dosha-urilor

Cursurile continuă analiza celor șase gusturi elementare (rasa) din Dravyaguna prin prezentarea gustului astringent și prin sintetizarea efectelor gusturilor asupra celor trei dosha-uri.

Cursul 9 descrie gustul astringent (kashaya-rasa), sursele vegetale bogate în taninuri, natura sa subtilă, acțiunile constrictive, hemostatice, antiinflamatoare, antidiareice, cicatrizante și consolidante și riscurile utilizării excesive.

Cursul 10 arată cum gusturile dulce, sărat, acru, picant, amar și astringent pot crește sau diminua vata, pitta și kapha, în funcție de energia subtilă predominantă și de intensitatea efectului.

Cele două cursuri oferă repere practice pentru alegerea plantelor medicinale și a alimentelor potrivite în corectarea dezechilibrelor constituționale și în restabilirea stărilor de armonie specifică în cazul dosha-urilor. Astfel, cunoașterea gusturilor devine un instrument practic de echilibrare conștientă.

Denumire: Dravyaguna_Rasa_C09&C10



Ayurveda - Nivelul 6 de studiu - AY06

6 Un curs nou din capitolul Ahamkara despre autodepășirea adaptativă și realimentarea vitală, precum și implicarea conștiinței identitare

Cursul 7 explică autodepășirea adaptativă, realimentarea energetică și rolul consumptiv al implicării excesive a conștiinței identitare.

Cursul 7 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-C07**.

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



Ahamkara și criteriile autodepășirii adaptative

Cursul 7 continuă analiza conștiinței identitare, ahamkara, prin clarificarea criteriilor autodepășirii adaptative. Multe limite resimțite ca definitive sunt, în realitate, limite asumate de ahamkara pentru conservarea confortului și controlului.

Este evidențiată diferența dintre efortul transformator, care aduce luciditate, libertate interioară și regenerare, și suprasolicitarea nefastă, care produce dezorganizare, epuizare și pierderea capacității naturale de recuperare.

Sunt explicate realimentarea energetică prin rezonanță și diferențele constituționale dintre vata, pitta și kapha în refacerea vitală. Implicarea excesivă a conștiinței identitare (ahamkara) poate deveni consumptivă, deoarece întreține imaginea de sine și transferă energia de la acțiunea benefică spre autoevaluare, control și demonstrație personală, în loc să susțină o transformare lucidă, armonioasă și deschisă către niveluri superioare ale conștiinței.

Denumire: Manasa-Jnana_Ahamkara_C07

Ayurveda - Nivelul 7 de studiu - AY07

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

Cursul 5 descrie trecerea de la reacția primară a lui manas la discernământul lui buddhi prin intermediul citării unor proverbe și printr-o serie de exemple funcționale.

Cursul 5 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-C05**.

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



De la reacție la discernământ prin activarea lui buddhi-vaha-srota

Acest curs continuă analiza funcțională a conștiinței instrumentale prin aprofundarea reactivității lui mano-vaha-srota și a rolului discriminativ al lui buddhi-vaha-srota. Se arată că rajas și tamas pot genera hiperactivitate, hipoactivitate, impuls, stagnare sau confuzie.

Pornind de la îndemnul „Gândește-te de două ori”, „Măsoară de două ori și taie o dată” și „Privește înainte să sari”, se explică trecerea de la reacție spontană la decizie conștientă.

Sunt clarificate funcțiile lui manas, buddhi, citta și ahamkara în dinamica experienței, precum și importanța distingerii dintre aparență, dorință, realitate, verificare și discernământ aplicat.

Prin exemple proverbiale, cursul 5 face accesibilă înțelegerea trecerii de la impulsul senzorial al lui manas la evaluarea lucidă, comparativă și responsabilă, de la nivelul lui buddhi, necesară oricărei orientări interioare autentice și stabile.

Denumire: Pravritti-Jnana_Cetas-Pravritti_C05

Acces: ayushcell.ro/suport_scris