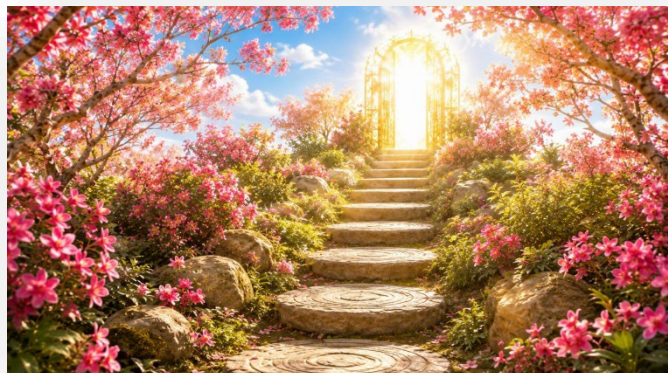




Prezentări

1 Un program deschis de explorare și aprofundare a domeniilor AYUSH – Ayurveda, Yoga, Unani, Siddha și Homeopatie

O rubrică dedicată prezentărilor săptămânale cu participare liberă, care reunesec în principal teme de Ayurveda, dar și din domeniile AYUSH, organizate pentru informare, aprofundare și acces ulterior online pe platforma ayushcell.ro.

Noua rubrică „Prezentări” a revistei Ayurveda Agenda este dedicată detalierii unui program constant de întâlniri tematice cu participare liberă, prin care diferite aspecte ale Ayurvedei și ale domeniilor înrudite din sfera AYUSH sunt prezentate într-o formă accesibilă, actuală și deschisă tuturor celor interesați.

Rubrica „Prezentări” va permite urmărirea acestui program în continuitatea sa, va pune în evidență temele abordate și va facilita regăsirea lor ulterioară în spațiul informațional al platformei ayushcell.ro.

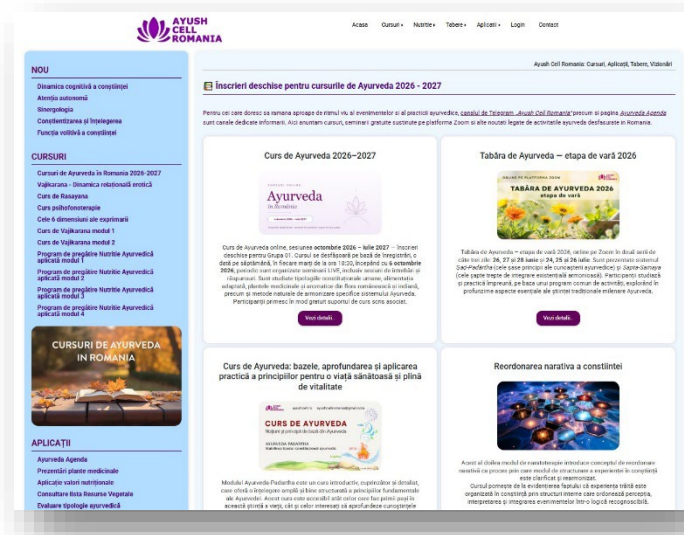
Prezentările au loc în mod obișnuit în fiecare zi de sâmbătă, de regulă începând cu ora 11:15. Unele dintre ele sunt reluate în zilele de marți, după-amiaza, iar o parte dintre materialele realizate devin ulterior disponibile pentru vizionare în pagini dedicate ale site-ului ayushcell.ro. În acest fel, întâlnirea propriu-zisă se constituie ca o primă etapă a parcursului unei anumite teme.

O prezentare poate porni de la o expunere în premieră, poate fi reluată într-o altă zi și poate deveni accesibilă online.

Prezentările sunt apoi integrate în câte un domeniu tematic amplu al site-ului, unde rămân disponibile pentru consultare și aprofundare.

Această continuitate conferă programului de prezentări o valoare care depășește caracterul punctual al întâlnirilor săptămânale. Prezentările alcătuiesc treptat o colecție de teme, perspective, repere istorice, aplicații și direcții de studiu, care reflectă dezvoltarea activității de informare desfășurate în direcția cunoașterii Ayurvedei.

Rubrica „Prezentări” are astfel rolul de a face vizibilă această acumulare progresivă de conținut și de a permite cititorului să observe legăturile dintre subiectele abordate în momente diferite.



Tematica abordată urmărește domeniul larg al sistemelor tradiționale AYUSH, cuprinzând Ayurveda, Yoga, Unani, Siddha și Homeopatia, Ayurveda păstrând în mod firesc poziția centrală.

Unele prezentări sunt consacrate integral câte unui asemenea domeniu, de exemplu Ayurveda, în timp ce altele pot să includă referințe, comparații sau aspecte care stabilesc legături directe ori indirecte cu mai multe dintre acestea.

Tocmai din acest motiv, pentru organizarea colecției de prezentări săptămânale a fost introdus un sistem de indicatori A, Y, U, S și H, care permite evidențierea prezenței fiecăruia dintre aceste cinci domenii în conținutul unei prezentări. Această clasificare urmărește să evidențieze caracterul interdisciplinar al multora dintre prezentări.



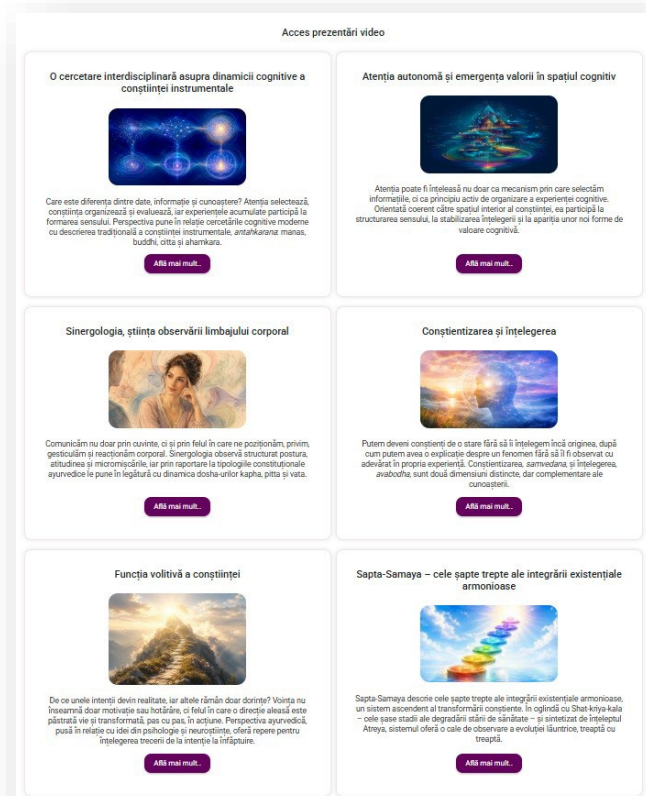
O temă reprezentativă din Ayurveda poate conține, de exemplu, referințe la sistemul Yoga sau la unul dintre celelalte sisteme tradiționale Unani sau Siddha, după cum un subiect referitor la plante medicinale, la procesele conștiinței ori la istoria tradițiilor vindecătoare ale lumii poate crea punți între mai multe direcții de cercetare.

Indicatorii AYUSH fac astfel vizibilă această rețea de corespondențe fără a pierde din vedere identitatea principală a fiecărei prezentări.



Materialele sunt organizate și în funcție de o clasă tematică principală. Această clasificare tematică pornește de la natura concretă a subiectelor expuse și permite gruparea prezentărilor în domenii de interes precum Ayurveda, Yoga, [Istoria Ayurvedei](#), fitoterapia și naratoterapia, precum și într-o categorie dedicată prezentărilor care ilustrează anumite evenimente marcante din activitatea Centrului de informare Ayush Cell România ori a Asociației Naționale pentru promovarea Medicinelor Neconvenționale – AMN-România.

Cele două sisteme de clasificare sunt complementare. Primul arată raportarea unei teme la cele cinci componente urmărite ale domeniului AYUSH, iar cel de-al doilea indică perspectiva principală din care este construită prezentarea. În acest fel poate fi păstrată atât viziunea de ansamblu, cât și specificitatea fiecărui subiect.



O altă dimensiune importantă avută în atenție este legătura dintre aceste prezentări și structura tematică a platformei [ayushcell.ro](#). În funcție de conținutul lor, materialele sunt integrate progresiv în secțiunile „Istoria Ayurvedei”, „Explorări tematice”, „Cărți și publicații”, „Cursuri”, „Evenimente” și „Tabere de Ayurveda”. Rubrica „Prezentări” oferă o perspectivă integratoare asupra tuturor acestor direcții de consultare. Fiecare participant poate urmări succesiunea întâlnirilor și dinamica programului, iar ulterior poate regăsi fiecare subiect expus în contextul tematic căruia îi aparține. Se creează astfel o legătură firească între activitatea desfășurată și fondul documentar care se dezvoltă gradat în mediul online prin intermediul platformei [ayushcell.ro](#).



O temă prezentată într-o anumită sâmbătă nu rămâne doar legată de data la care a fost susținută, ci poate deveni parte a unei colecții permanente de materiale. Pentru cei care participă la întâlniri, această organizare facilitează revenirea asupra unor subiecte deja abordate. Pentru cei care descoperă ulterior proiectul, ea oferă posibilitatea de a parcurge retrospectiv teme care au făcut parte din program cu luni sau chiar cu ani înainte.



Programul actual continuă o direcție începută în anul 2018, odată cu demararea proiectului „[Ayurveda în România](#)”, conceput pentru a face mai bine cunoscute în spațiul românesc principiile, tradiția, istoria și aplicabilitatea Ayurvedei.

În anul 2021, prin lansarea Ayush Cell România – Centrul de Informare AYUSH din România, această activitate a dobândit un cadru mai amplu, care a permis extinderea preocupărilor către întregul domeniu AYUSH și dezvoltarea unor forme noi de informare, prezentare și acces la resurse.

Întâlnirile săptămânale se înscriu în această continuitate. Caracterul lor deschis este esențial: participarea este liberă, iar temele sunt concepute astfel încât să poată fi urmărite atât de cei care studiază deja Ayurveda, cât și de persoanele care intră pentru prima dată în contact cu anumite concepte, personalități, lucrări sau direcții de cercetare. În același timp, diversitatea subiectelor permite aprofundarea progresivă, deoarece unele prezentări introduc teme generale, în timp ce altele dezvoltă aspecte specializate sau continuă direcții abordate anterior.

Prin rubrica „Prezentări”, Ayurveda Agenda va putea consemna și organiza această activitate într-o formă unitară și ușor de urmărit. Rubrica va funcționa simultan ca punct de informare asupra întâlnirilor, ca reper pentru materialele deja realizate și ca imagine de ansamblu asupra direcțiilor tematice dezvoltate de-a lungul timpului.

Succesiunea prezentărilor va face vizibil nu numai ceea ce a fost abordat într-o anumită săptămână, ci și felul în care diferitele teme se completează și construiesc treptat un program amplu de studiu.



Privind din această perspectivă, rubrica „Prezentări” devine o poartă de acces către o colecție în continuă dezvoltare, în care expunerea directă, materialul video, pagina online și integrarea tematică se completează reciproc.

Prin această structură, fiecare prezentare își păstrează specificitatea, dar contribuie în același timp la un demers mult mai larg, orientat către cunoașterea, aprofundarea și promovarea Ayurvedei și către descoperirea relațiilor sale cu celelalte domenii ale sistemului AYUSH.

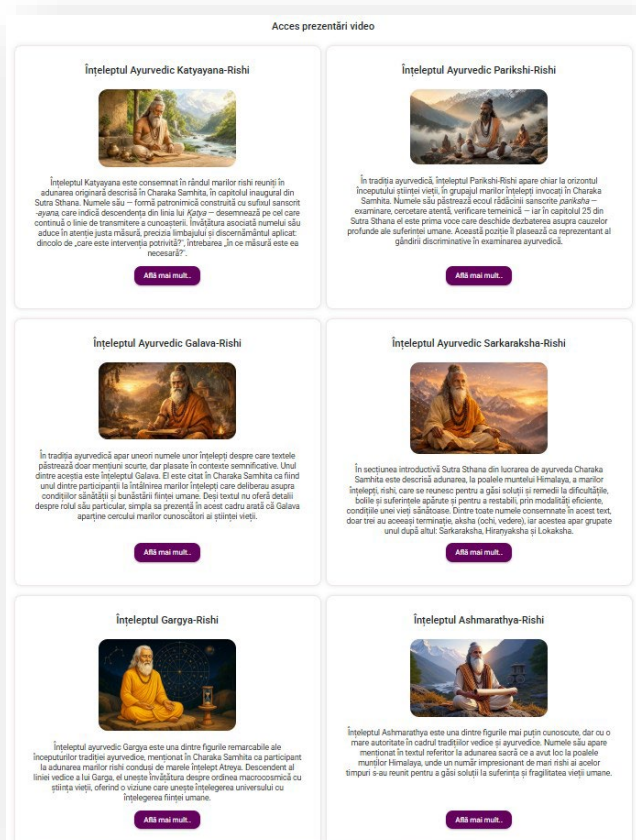
Acces: ayushcell.ro/explorari_tematice





2 Un an de prezentări dedicate Ayurvedei și domeniului AYUSH

O retrospectivă a programului de prezentări săptămânale cu participare liberă organizat și desfășurat de Ayush Cell România în perioada septembrie 2025 – august 2026



Septembrie – noiembrie 2025: tradiția ayurvedică, studiul conștiinței, perspectiva adaptativă și unele direcții interdisciplinare

Perioada septembrie 2025 – august 2026 a alcătuit, prin succesiunea prezentărilor săptămânale cu participare liberă, un veritabil an de studiu complementar, desfășurat în paralel cu programele educaționale și cu celelalte activități ale Ayush Cell România. În fiecare zi de sâmbătă, de regulă de la ora 11:15, o nouă temă a deschis o direcție de explorare, iar unele dintre aceste prezentări au fost ulterior reluate sau au devenit accesibile în format digital. Privite retrospectiv, întâlnirile reprezintă părți ale unui parcurs în care Ayurveda a constituit permanent axa principală.

În jurul direcției principale de prezentare a Ayurvedei au fost dezvoltate conexiuni cu Yoga, studiul conștiinței, fitoterapia, istoria tradiției ayurvedice și alte domenii din sfera AYUSH.



Anul de studiu a debutat la 6 septembrie 2025 printr-o prezentare consacrată marelui înțelept Ashmarathya Rishi. Alegerea unei teme din seria Amnaya pentru deschiderea programului este semnificativă, deoarece a așezat întregul parcurs sub semnul continuității tradiției. Prezentarea a urmărit evocarea înțeleptului Ashmarathya în raport cu ordinea universală și cu legătura profundă dintre ființa umană și macrocosmos. O asemenea abordare evidențiază un aspect fundamental al viziunii ayurvedice: ființa umană nu poate fi înțeleasă izolat, ci în relație permanentă cu ritmurile, legile și structurile mai ample ale existenței.

Traditia Ayurvedică - Amnaya Tantraka



Înțeleptul ayurvedic Ashmarathya



Sâmbătă
6 septembrie 2025
ora 11:15



Seminar în premieră **Sâmbătă 13.09.2025 ora 11:15**



**Importanța sistemului ayurvedic Vimshati Guna
în gestionarea proceselor adaptative din viața personală**

O săptămână mai târziu, la 13 septembrie, perspectiva s-a orientat către unul dintre sistemele fundamentale ale gândirii ayurvedice: Vimshati-Guna. Prezentarea „Importanța sistemului ayurvedic Vimshati-Guna în gestionarea proceselor adaptative din viața personală” a arătat valoarea practică a celor douăzeci de calități generale. Acestea au fost privite ca repere prin care pot fi recunoscute tendințele care favorizează echilibrul sau, dimpotrivă, acumulările care pot conduce către dezechilibrarea celor trei dosha-uri. Tema a introdus încă de la început o importantă direcție: transformarea principiilor tradiționale din Ayurveda în instrumente de observare și autoreglare.

În premieră **sâmbătă 20.09.2025 ora 11:15**



**Conștiința narativă și rolul ei
în construirea percepției temporale**

Următoarele două întâlniri, din 20 și 27 septembrie, au deschis un domeniu diferit, dar compatibil cu preocuparea pentru studiul proceselor conștiinței.

Prezentarea în două părți „Conștiința narativă și rolul ei în construirea percepției temporale” a urmărit modul în care experiențele sunt organizate pe axa trecut–prezent–viitor. Memoria, orientarea către momentul prezent și anticiparea viitorului contribuie la alcătuirea unei continuități narative prin care ființa își interpretează propria existență.

Partea a doua a aprofundat tocmai această organizare temporală a identității și posibilitatea depășirii, în anumite condiții, a unei raportări exclusiv narative la existență. Tema a făcut trecerea de la simpla analiză a felului în care ne spunem propria poveste către problema mai amplă a raportului dintre experiență, identitate și conștiință. Prin aceasta se contura deja una dintre particularitățile programului de prezentări: libertatea de a porni de la concepte contemporane din psihologie sau din cercetarea asupra conștiinței și de a le pune în dialog cu perspectivele tradiționale asupra ființei umane.

Sâmbătă 27.09.2025 ora 11:15

**Conștiința narativă și
rolul ei în construirea
percepției temporale**

Seminar în premieră



Această direcție a continuat la 4 octombrie prin prezentarea noului curs online „Psihoprogramarea narativă biocompatibilă”. Naratoterapia a fost prezentată aici dintr-o perspectivă aplicativă, cu accent asupra transformării poveștii de sine și asupra depășirii unor tipare interioare limitative.

Trecerea de la descrierea mecanismelor narative la posibilitatea modificării lor conștiente a dat acestei serii o finalitate practică. Povestea personală nu a mai fost privită doar ca o consecință a experiențelor trecute, ci ca o structură a conștiinței care poate fi observată, clarificată și reorganizată.



Prezentarea curs online nou

Psihoprogramarea narativă biocompatibilă



sâmbătă
04.10.2025
ora 11:15

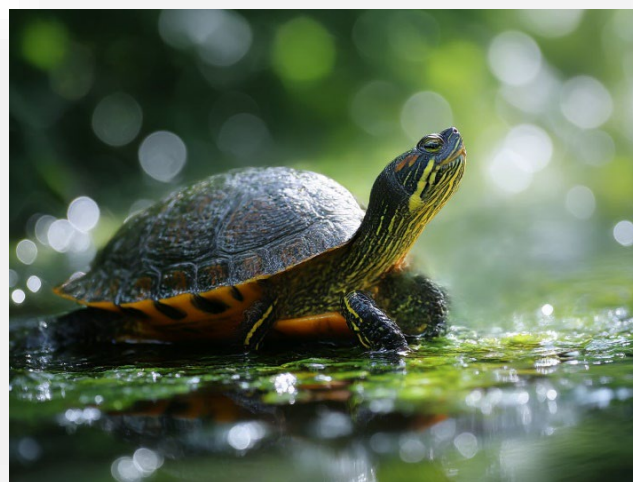

seminar
în premieră

La 11 octombrie, programul a revenit la seria dedicată marilor înțelepți prin prezentarea înțeleptului [Gārgya](#), asociat în această abordare cu sincronoterapia. Tema timpului a reapărut astfel într-un registru diferit. Dacă prezentările precedente analizaseră timpul trăit și organizarea temporală a conștiinței, expunerea consacrată înțeleptului Gārgya a privit timpul ca principiu ordonator și a pus accentul asupra armonizării ființei cu ritmurile naturale ale macrocosmosului. Succesiunea celor două perspective a creat o conexiune interesantă între timpul interior, construit și perceput de conștiință, și timpul natural, ritmic, în care existența umană este integrată și se desfășoară.



Prezentarea din 18 octombrie, consacrată sistemului [Panchadasa Virya](#) și rolului său în voliterapie, a introdus o altă temă importantă: voința. Cele cincisprezece forme de virya au fost abordate ca repere pentru modelarea benefică, lucidă și eficientă a acesteia.

Importanța unei asemenea teme devine și mai evidentă atunci când privim retrospectiv anul de studiu, pentru că problema voinței, a intenției, a orientării și a continuității acțiunii avea să fie reluată și aprofundată în alte prezentări. Se poate observa astfel că programul a fost construit inclusiv prin revenirea asupra unor probleme esențiale din perspective diferite.



La 25 octombrie, domeniul fitoterapiei a intrat explicit în program prin prima parte a prezentării „[Perspective istorice asupra evoluției și dezvoltării fitoterapiei în lume](#)”. Expunerea a urmărit dezvoltarea folosirii plantelor medicinale de la tradițiile vechi până la constituirea cercetării științifice moderne. O asemenea perspectivă istorică este importantă pentru înțelegerea locului Ayurvedei în ansamblul tradițiilor terapeutice.





Utilizarea plantelor nu aparține unei singure culturi, iar istoria fitoterapiei arată existența unei preocupări universale pentru identificarea, descrierea și transmiterea proprietăților resurselor vegetale.

Începutul lunii noiembrie a deschis o nouă serie de explorări referitoare la conștiință. La 1 noiembrie a fost prezentată tema „[Focalizarea ca modalitate de restaurare a conștiinței](#)”.



Focalizarea a fost analizată ca funcție ordonatoare, capabilă să contribuie la restabilirea coerenței, clarității și unității interioare. Într-un context contemporan în care atenția este adesea fragmentată între numeroși stimuli, abordarea focalizării ca proces restaurator dobândește o valoare practică evidentă.

Tema a creat, în același timp, o punte către sistemul milenar Yoga, prin importanța acordată disciplinării și orientării conștiente a atenției.

La 8 noiembrie, această direcție a fost aprofundată prin prezentarea „[Āveśa – puterea absorbției identificatoare a conștiinței, o perspectivă fenomenologică și psihofiziologică](#)”.

În cadrul expunerii a fost urmărit procesul prin care concentrarea energiei psihice și absorbția profundă pot modifica raportarea conștiinței personale la obiectul asupra căruia se orientează.

Tema a adus împreună limbajul tradițional și încercarea unei interpretări fenomenologice și psihofiziologice, ilustrând foarte bine caracterul interdisciplinar pe care programul de prezentări îl va dezvolta tot mai mult.



La 15 noiembrie, preocuparea pentru plantele medicinale s-a întâlnit direct cu studiul constituțional ayurvedic. Tema „[Aplicații fitoterapeutice bazate pe criteriile constituționale din Prakriti-Nikasha](#)” a evidențiat posibilitatea selectării plantelor în raport cu particularitățile constituționale ale ființei.

Perspectiva ayurvedică introduce personalizarea și invită la observarea atentă a persoanei a căreia îi este destinată o anumită intervenție reglatoare.





Această abordare exprimă una dintre contribuțiile majore ale Ayurvedei la înțelegerea practicii fitoterapeutice: aceeași resursă vegetală poate dobândi semnificații diferite în funcție de contextul individual în care este utilizată.



Pe 22 noiembrie, programul a pus în valoare dimensiunea editorială și documentară prin prezentarea primelor două volume ale lucrării „Index Ayurvedic Sistematic Selectiv”. Volumele 1 și 2 au fost aduse în atenție ca instrumente pentru studiul sistematic al principiilor Ayurveda și al resurselor naturale. A fost realizată legătura dintre expunerile săptămânale și activitatea editorială, arătând faptul că transmiterea cunoașterii poate continua prin cărți, lucrări de referință și colecții organizate care rămân disponibile pentru consultare și studiu.



Ultima prezentare a lunii noiembrie, realizată la 29 noiembrie, a readus în prim-plan seria Amnaya printr-o reluare consacrată marelui rege și înțelept ayurvedic [Nimi](#), Nimiraja.

Prima parte a acestei explorări a urmărit atât repere din viața sa, cât și contribuția atribuită sistematizării celor cincisprezece forme de putere activă a ingredientelor naturale. Revenirea la o prezentare anterioară a avut aici o semnificație aparte: programul nu urmărește numai producerea permanentă a unor teme noi, ci și readucerea în atenție a unor materiale care își păstrează valoarea și care pot fi înțelese diferit atunci când sunt integrate într-un context nou de studiu.

Primele trei luni ale anului de prezentări, din septembrie până în noiembrie 2025, au conturat astfel principalele direcții care aveau să fie dezvoltate ulterior.



Tradiția marilor înțelepți a fost prezentă prin Ashmarathya, Gārgya și Nimi. Principiile ayurvedice fundamentale au fost aprofundate prin sistemele Vimshati-Guna și Panchadasa Virya.

Studiul conștiinței s-a extins către narativitate, focalizare și absorbție identificatoare. Fitoterapia a fost abordată atât istoric, cât și aplicativ, prin raportare la constituția ayurvedică, iar activitatea editorială a fost integrată în program prin prezentarea lucrărilor de specialitate.

Privită în ansamblu, această primă etapă a stabilit un mod de expunere care va caracteriza întregul program de prezentări: alternarea tradiției cu cercetarea contemporană, a principiilor generale cu aplicațiile, a prezentărilor în premieră cu reluarea unor materiale valoroase și a domeniului Ayurveda cu perspective complementare din Yoga, fitoterapie și studiul conștiinței.



Decembrie 2025 – februarie 2026: aprofundarea studiului conștiinței, continuitatea tradiției ayurvedice și dezvoltarea aplicațiilor ayurvedice

Începând cu luna decembrie 2025, programul prezentărilor săptămânale a continuat prin serii ample și printr-o alternanță între expunerile introductive, cursurile cu caracter aplicativ, reluarea unor materiale importante și deschiderea unor noi perspective de studiu în domeniul Ayurvedei.



La 6 decembrie 2025 a fost prezentat volumul al treilea al lucrării „[Index Ayurvedic Sistematic Selectiv](#)”. Accesibil pe parcursul întregii zile, materialul a continuat seria de prezentări dedicate acestei lucrări editoriale și a adus în atenție valoarea unui demers sistematic de organizare a informațiilor referitoare la Ayurveda și la plantele medicinale autohtone. Integrarea unor asemenea prezentări în programul săptămânal subliniază faptul că activitatea Ayush Cell România urmărește constituirea progresivă a unui fond de studiu în care prezentările, cărțile, cursurile și materialele digitale se susțin reciproc într-un demers unitar.

Următoarele săptămâni au fost dedicate unei ample direcții referitoare la organizarea narativă a conștiinței. La 13 decembrie, prezentarea „Reordonarea narativă a conștiinței” a propus o analiză a modului în care experiențele pot fi clarificate și reorganizate astfel încât să dobândească o mai mare coerență și continuitate.

Perspectiva pornește de la constatarea că ființa umană nu păstrează pur și simplu o succesiune de evenimente, ci le interpretează, le corelează și le integrează într-o structură interioară prin care își construiește propria continuitate biografică.

Reordonarea narativă a conștiinței Seminar marți 16.12.2025



Această temă a fost dezvoltată la 20 decembrie prin prezentarea „Scena narativă a conștiinței”. Conceptul de scenă narativă a permis abordarea spațiului interior în care experiențele sunt reconstruite, anticipate și reorganizate. Amintirile, reprezentările, intențiile și posibilitățile imaginate se întâlnesc aici într-un proces continuu de simulare și interpretare. Privită din această perspectivă, conștiința narativă reprezintă un mecanism complex prin care ființa umană conferă structură experienței și proiectează posibilități de acțiune.

Ultima întâlnire a anului calendaristic, din 27 decembrie, a marcat trecerea de la prezentarea generală la un parcurs sistematic de studiu.

„Reordonarea narativă a conștiinței – sesiunea 1” a inaugurat o succesiune de patru sesiuni care avea să continue în primele săptămâni ale anului 2026.

Sesiunea 1 Sâmbătă 27 decembrie 2025 ora 11:15

Reordonarea narativă a conștiinței

4 sesiuni live pe zoom





Prima dintre acestea a urmărit structura conștiinței, organizarea experienței și procesele prin care diferitele elemente ale vieții personale pot fi reunite într-o configurație narativă mai coerentă.

Această continuitate a fost păstrată chiar din prima săptămână a noului an. La 3 ianuarie 2026, sesiunea a doua a aprofundat problema dezorganizării narative și a raportului acesteia cu manifestările trupesti și cu dificultățile de integrare a experienței.

A fost evidențiat faptul că o experiență insuficient asimilată nu rămâne întotdeauna izolată în planul gândirii, ci poate influența stările emoționale, reacțiile trupului și comportamentul.

Reordonarea narativă a fost astfel abordată ca un proces care privește ființa umană în ansamblu și care poate contribui la restabilirea unei relații mai coerente între experiență, semnificație și răspunsul personal.

Sesiunea a treia, desfășurată la 10 ianuarie, a urmărit mecanismele prin care conștiința ordonează experiența și posibilitatea rearmonizării sale.

Accentul s-a deplasat treptat de la identificarea structurilor problematice către înțelegerea proceselor prin care acestea pot fi reorganizate.

În această abordare, claritatea nu apare ca rezultat al unei simple reinterpretări intelectuale, ci ca efect al unei modificări mai ample a raportului dintre experiențele trăite, semnificațiile atribuite acestora și orientarea prezentă a ființei.

La 17 ianuarie, cea de-a patra sesiune a completat această etapă prin analiza logicii interne a conștiinței și a modului în care fragmentările narative pot fi recunoscute și rearmonizate.

Cele patru întâlniri succesive au transformat tema într-un adevărat traseu de studiu, în care noțiunile introduse inițial au putut fi dezvoltate progresiv.

Acest format este relevant și pentru înțelegerea rolului general al programului de prezentări: anumite subiecte necesită mai mult decât o singură expunere și pot deveni nuclee în jurul cărora se organizează serii coerente de aprofundare.

După această secvență consacrată conștiinței narative, programul a revenit la 24 ianuarie la una dintre direcțiile sale fundamentale, seria Amnaya.



Seminar
marți
27.01.2026

Prezentarea înțeleptului ayurvedic Sarkaraksha

Prezentarea înțeleptului ayurvedic Śarkarākṣa a adus în prim-plan tema granularității percepției, adică posibilitatea de a distinge cu finețe componentele unei realități complexe fără a pierde perspectiva asupra ansamblului. Discernerea fină și integrarea coerentă au fost prezentate ca două capacități complementare. A observa diferențele fără a înțelege legătura dintre ele conduce la fragmentare, în timp ce integrarea fără suficientă diferențiere riscă să estompeze particularitățile esențiale. Această asociere dintre precizia observației și capacitatea de sinteză exprimă foarte bine spiritul metodologic al Ayurvedei.

Ziua de 31 ianuarie a inclus două prezentări consacrate înțeleptului [Shukracharya-Rishi](#). Prima, partea a treia a unei serii începute anterior, a readus în atenție contribuțiile sale ayurvedice și a creat legătura cu expunerile precedente.



Amnaya Tantraka

Tradiția Ayurvedică

Seminar în reluare
ora 11:15

Shukracharya-Rishi
partea a treia

Seminar nou
ora 12:50

Shukracharya-Rishi
partea a patra

Sâmbătă 31 ianuarie 2026

Terapia relațională a comunității
(Sangha-Cikitsa) în viziunea
înțeleptului ayurvedic Shukracharya



Prin asemenea reluări, programul actual își afirmă continuitatea cu etapele anterioare și oferă participanților posibilitatea de a reveni asupra unor teme, chiar dacă acestea au fost prezentate pentru prima dată într-o perioadă mai veche.

În aceeași zi, de la ora 12:50, partea a patra a seriei despre Shukracharya a introdus o temă nouă: „Terapia relațională a comunității (Sangha-Cikitsa)”. Perspectiva a extins principiile ayurvedice dincolo de nivelul personal, către organismul social și către ordinea relațiilor din interiorul unei comunități.

Sănătatea a fost astfel privită nu numai ca echilibru al unei persoane, ci și ca expresie a calității relațiilor, a cooperării, a responsabilității și a integrării armonioase într-un ansamblu. Este una dintre temele care ilustrează clar posibilitatea de a interpreta principiile Ayurvedei într-un registru larg, fără a pierde fundamentul tradițional al demersului.

Luna februarie a început, la 7 februarie 2026, cu o prezentare-invitație pentru [Concursul de Ayurveda 2026](#). Întâlnirea a pus în valoare tradiția Rishi-Pratna și tradiția înțelepților ayurvedici, oferind în același timp cadrul pentru participarea la un eveniment conceput pentru stimularea studiului și pentru apropierea de patrimoniul intelectual și spiritual al Ayurvedei. Introducerea unei asemenea prezentări în program arată că seria săptămânală are și funcția de a crea punți către alte activități organizate în cadrul proiectului, de la concursuri și cursuri până la tabere, lucrări sau evenimente.



La 21 februarie a început o nouă direcție aplicativă prin prezentarea „[Gupta-Cikitsa 1](#)”. Tema a fost centrată asupra gândirii principale a strategiilor de tratament transmise de înțeleptul Atreya.



Accentul nu a fost pus numai asupra unor procedee concrete, ci asupra modului de a gândi o intervenție: observarea situației, recunoașterea factorilor relevanți, stabilirea raporturilor dintre cauze și manifestări și alegerea unei strategii potrivite particularităților fiecărui context. Această perspectivă evidențiază faptul că Ayurveda presupune o metodologie de evaluare și decizie.

O săptămână mai târziu, la 28 februarie, „[Gupta-Cikitsa 2](#)” a continuat această orientare și a introdus tema celor șapte fluxuri ordonatoare, pravaha, în raport cu operarea benefică în conștiință. Din nou, interesul s-a deplasat către procese, dinamici și relații. Prin înțelegerea modului în care diferitele fluxuri se organizează și se influențează reciproc, intervenția poate fi concepută ca o acțiune de restabilire a ordinii, adaptată situației concrete.

Privită în ansamblu, perioada decembrie 2025 – februarie 2026 arată o dezvoltare a programului. Unele teme s-au structurat sub forma unor serii de mai multe întâlniri, altele au reluat materiale din anii anteriori, iar altele au pregătit accesul către cursuri, concursuri sau activități practice.

Prezentările alcătuiesc o rețea de direcții care se întrepătrund și se dezvoltă în timp. Unele pornesc din Ayurveda clasică, altele din studiul conștiinței sau din aplicații contemporane, însă fiecare contribuie la același demers de a transforma informația într-un parcurs consistent de cunoaștere, accesibil celor care participă constant, dar și celor care descoperă ulterior aceste materiale prin paginile dedicate ale platformei ayushcell.ro.



Martie – mai 2026: metriterapie, fitoterapie, istoria Ayurvedei și studiul conștiinței

Primăvara anului 2026 a adus o diversificare a programului de prezentări, prin alternarea unor teme consacrate tradiției ayurvedice cu subiecte de fitoterapie, studii asupra conștiinței, prezentări editoriale și expuneri cu caracter aplicativ.

În această perioadă, seriile deja inițiate în lunile precedente au continuat, au apărut direcții noi, care au lărgit aria de interes a întâlnirilor și au evidențiat tot mai clar caracterul interdisciplinar al programului.



La 7 martie 2026 a fost prezentat înțeleptul ayurvedic [Gālava](#), într-o expunere consacrată metriterapiei și principiului dozării adaptative.

Tema a urmărit importanța măsurii juste în raport cu voința, efortul, refacerea și utilizarea resurselor personale. Din perspectiva acestei abordări, eficiența nu rezultă întotdeauna din intensificarea efortului, ci din adecvarea lui la context, la moment și la capacitatea reală a ființei. Măsura devine astfel un criteriu de echilibru, iar metriterapia poate fi înțeleasă ca o artă a proporției aplicate conștient.

Această perspectivă este deosebit de compatibilă cu modul ayurvedic de a privi adaptarea. Echilibrul nu presupune menținerea încordată a unei stări uniforme, ci capacitatea de a modifica intensitatea, ritmul și durata unei acțiuni în funcție de condițiile existente. Prezentarea dedicată înțeleptului ayurvedic Gālava a oferit astfel un exemplu de traducere a unui principiu tradițional străvechi din Ayurveda într-o formă de reflecție practică asupra vieții personale a omului modern.



La 14 martie, programul s-a orientat către cursul de [Vajikarana](#), printr-o prezentare introductivă disponibilă și în format video. Tema a adus în atenție potențialul creator și regenerativ al ființei, rolul lui shukra-dhatu și necesitatea unei înțelegeri echilibrate a resurselor erotice și afective. Vajikarana a fost prezentată nu doar în sens restrâns, ci ca o ramură a Ayurvedei preocupată de vitalitate, regenerare, continuitate și valorificarea armonioasă a potențialului creator.

La 21 martie a fost reluată figura lui Gālava, de această dată într-o a doua parte consacrată rolului preventiv și adaptativ al metriterapiei. Continuitatea dintre cele două întâlniri a permis dezvoltarea ideii de măsură ca principiu practic. Prevenția a fost pusă în legătură cu menținerea unui raport adecvat între solicitare și refacere, între mobilizare și repaus, între intenție și resursele necesare.

În acest sens, metriterapia oferă un model simplu, dar profund, pentru înțelegerea adaptării. O intervenție poate fi potrivită prin natura ei, dar nepotrivită prin intensitate, durată sau moment. Tocmai această atenție acordată proporției apropie tema de spiritul general al Ayurvedei, care evaluează permanent relațiile dintre factori.

Pe 28 martie, preocuparea pentru fitoterapie a revenit într-o formă editorială și digitală, prin prezentarea Revistei informaționale digitale dedicate plantelor medicinale. Ediția din martie 2026 a reunit douăsprezece resurse vegetale, oferind un model de prezentare sistematică și accesibilă a plantelor medicinale. Integrarea acestei reviste în seria întâlnirilor săptămânale a arătat încă o dată legătura strânsă dintre prezentările directe și resursele publicate ulterior pentru consultare.



La 4 aprilie a continuat seria „[Perspective istorice asupra evoluției și dezvoltării fitoterapiei în lume](#)”, prin partea a doua. Dacă prima expunere urmărise începuturile și dezvoltarea folosirii plantelor medicinale, continuarea a aprofundat etapele prin care cunoașterea tradițională a fost progresiv organizată, transmisă și integrată în forme elaborate de cercetare. Tema a evidențiat faptul că fitoterapia modernă continuă o preocupare multiseclară pentru înțelegerea resurselor vegetale.

Această perspectivă istorică a fost completată la 11 aprilie prin prezentarea „[Plantele vindecătoare din tradiția creștină](#)”. Subiectul a deschis o direcție culturală distinctă, urmărind prezența plantelor de leac în Scriptură, în practica monahală și în tradițiile populare de vindecare. Folosirea plantelor apare ca un element comun al patrimoniului terapeutic.

Marti 14 aprilie 2026 19:00 - 00:00

Seminar în reluare

**Plantele
vindecătoare
din tradiția
creștină**



Importanța unei asemenea prezentări în cadrul programului constă tocmai în posibilitatea de a observa convergențe. Ayurveda, Unani, Siddha, medicina tradițională europeană sau practicile monahale au evoluat în contexte diferite.

Însă toate au acordat atenție relației dintre mediul natural și sănătatea ființei umane. Comparația lor poate evidenția preocupări comune și modalități diferite de organizare a experienței terapeutice.

La 18 aprilie, seria Amnaya a fost reluată prin prezentarea înțeleptului ayurvedic [Pārīkṣi](#). Tema principală a fost cercetarea atentă a cauzelor, etiologia reflexivă și discernământul aplicat proceselor care conduc la apariția bolii. Accentul a fost pus pe necesitatea examinării riguroase a raporturilor dintre cauză, context și manifestare.

Această perspectivă este esențială pentru Ayurveda, unde simpla identificare a simptomului nu este suficientă. Înțelegerea unei stări presupune observarea condițiilor în care aceasta apare, a factorilor care au favorizat-o și a modului în care se dezvoltă. Prezentarea lui Pārīkṣi a reamintit astfel valoarea investigației metodice și a discernământului, două calități indispensabile oricărui demers autentic de cunoaștere.

O săptămână mai târziu, la 25 aprilie, programul a abordat studiul conștiinței prin prezentarea „[Atenția autonomă și emergența valorii în spațiul cognitiv](#)”.

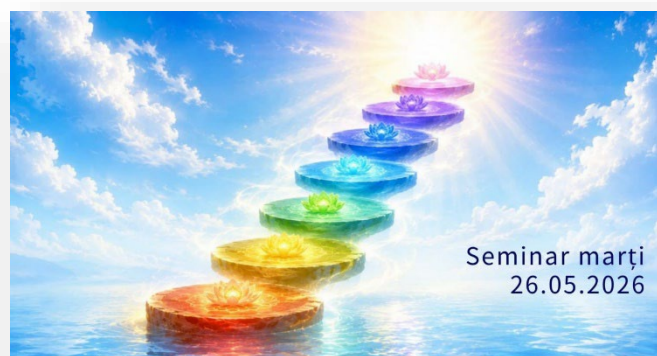
Tema a urmărit modul în care orientarea atenției contribuie la apariția sensului și la constituirea valorii în experiența conștientă. Atenția a fost privită ca o formă de investiție cognitivă prin care anumite elemente devin relevante, sunt integrate și ajung să influențeze dinamica generală a conștiinței.

În cadrul acestei expuneri au fost introduse și structurile cognitive denumite particule cognitronice, utilizate pentru a descrie într-o manieră conceptuală unități funcționale ale procesării și organizării experienței. Tema a deschis astfel o importantă direcție de cercetare interdisciplinară.

Primele două sâmbete ale lunii mai au readus în program tema conștiinței narative. La 2 mai a fost prezentată din nou prima parte a expunerii „Conștiința narativă și rolul ei în construirea percepției temporale”, iar la 9 mai a urmat partea a doua. Aceste reluări au permis readucerea în atenție a raportului dintre narativitate, identitate și experiența timpului. Reluările au evidențiat faptul că o prezentare importantă poate dobândi sensuri noi atunci când este urmărită după luni de studiu și după parcurgerea unor teme conexe.



La 16 mai, „Reordonarea narativă a conștiinței” a fost la rândul său reluată, consolidând această serie de preocupări. Revenirea asupra temei a oferit posibilitatea reexaminării mecanismelor prin care structurile care ordonează percepția și experiența pot fi clarificate și armonizate. Se observa astfel tot mai limpede formarea unei adevărate linii tematice dedicate conștiinței, desfășurată pe parcursul mai multor luni și alcătuită din prezentări care se susțin.



Sapta-Samaya - Cele șapte trepte ale integrării existențiale armonioase

La 23 mai, programul a abordat o temă ayurvedică, „[Sapta-Samaya – cele șapte trepte ale integrării existențiale armonioase](#)”. Expunerea a prezentat un sistem de repere pentru progresul launtric, orientarea existențială și integrarea superioară.

Cele șapte trepte au fost abordate ca etape ale unui proces prin care ființa poate dobândi o mai mare coerență între cunoaștere, orientare, comportament și sensul general al vieții.

Această temă a introdus o dimensiune importantă în programul de studiu: aceea a dezvoltării personale printr-o integrare progresivă a cunoașterii în propria existență. Ayurveda devine astfel un mod de a organiza experiența, alegerile și direcția personală într-o manieră armonioasă.

Ultima prezentare a lunii mai, desfășurată la 30 mai, a fost consacrată înțeleptului ayurvedic [Śaunaka](#). Tema a urmărit ereditatea predispozițiilor și relația dintre constituție, context și variația adaptativă. Problematika a permis conectarea ideii ayurvedice de constituție cu observația asupra particularităților personale și asupra modului în care acestea se manifestă diferit în condiții de viață diferite.



Prin această abordare a fost evidențiat un principiu fundamental: predispoziția nu trebuie confundată cu determinarea rigidă. Constituția oferă anumite tendințe și particularități, dar modul în care acestea se exprimă depinde de mediu, comportament, ritmurile vieții și numeroși alți factori. Din această perspectivă, Ayurveda oferă un model dinamic al personalității, în care caracteristicile de bază și adaptarea continuă se află în relație permanentă.

Perioada martie–mai 2026 a fost, prin urmare, una dintre cele mai variate etape ale întregului program.

Înțeleptul Gālava și metriterapia au adus tema măsurii și a adaptării, Vajikarana a deschis perspectiva regenerării și a potențialului creator, înțeleptii Pārīkṣi și Śaunaka au continuat explorarea patrimoniului tradiției Amnaya, iar Sapta-Samaya a introdus un model al integrării existențiale.

În paralel, fitoterapia a fost abordată istoric, cultural și editorial, iar studiul conștiinței a continuat prin explorarea atenției autonome și prin reluarea seriei dedicate narativității.

Privite împreună, aceste prezentări arată tot mai clar caracterul de ansamblu al programului. Istoria Ayurvedei, principiile tradiționale, plantele medicinale, studiul conștiinței și aplicațiile contemporane se întâlnesc în jurul aceleiași preocupări pentru înțelegerea ființei umane și a raporturilor sale cu mediul, experiența și propria capacitate de transformare.

Tocmai această continuitate între domenii avea să pregătească etapa finală a anului de studiu, din lunile iunie–august 2026, în care unele dintre aceste direcții vor fi reluate, aprofundate și integrate în formule tot mai complexe.



Iunie – august 2026: integrarea cunoașterii, studiul conștiinței și tradiția ayurvedică

Ultima etapă a anului de studiu septembrie 2025 – august 2026 a concentrat într-o succesiune de prezentări câteva dintre direcțiile care se conturaseră încă din primele luni ale programului.

Ayurveda, tradiția Amnaya, studiul conștiinței, fitoterapia și activitatea editorială au alternat într-un ritm care a permis atât apariția unor teme noi, cât și revenirea asupra unor expuneri importante.

Lunile iunie, iulie și august au avut un pronunțat caracter integrator: concepte prezentate anterior au fost reluate într-un context mai larg, iar unele dintre noile teme au propus conexiuni interdisciplinare care deschid perspective importante.

La 6 iunie 2026, prezentarea „Shad-Padartha – cele șase principii ale cunoașterii ezoterice din Ayurveda” a readus în centrul atenției structurile fundamentale ale gândirii ayurvedice. Cele șase principii au fost abordate ca repere necesare pentru organizarea și aplicarea cunoașterii, oferind un cadru prin care realitatea poate fi observată, diferențiată și înțeleasă în mod sistematic. Importanța unei asemenea teme constă tocmai în faptul că Ayurveda se întemeiază pe o concepție coerentă asupra existenței.



Prezentarea Shad-Padartha a continuat astfel una dintre liniile constante ale întregului an: revenirea la principiile de bază ale Ayurvedei pentru a face posibilă înțelegerea aplicațiilor. De la Vimshati-Guna și Panchadasa Virya până la Gupta-Cikitsa și Sapta-Samaya, mai multe dintre expunerile anterioare au evidențiat aceeași necesitate de a porni de la structuri conceptuale precise.

Cunoașterea acestor principii oferă un mod specific de a ordona observația și de a înțelege relațiile dintre fenomenele observate.

La 13 iunie, atenția s-a orientat din nou către fitoterapie și activitatea editorială, prin prezentarea Revistei digitale educaționale. Colecția de materiale dedicate plantelor medicinale a fost pusă în legătură cu lucrările științifice de referință și cu posibilitatea construirii unui parcurs de studiu accesibil în mediul digital. În acest context, revista reprezintă o structură documentară în dezvoltare, prin care plantele medicinale pot fi cunoscute treptat din perspective botanice, tradiționale și științifice.

Pe 20 iunie a fost reluată prezentarea „Āveśa – puterea absorbției identificatoare a conștiinței, o perspectivă fenomenologică și psihofiziologică”. Revenirea asupra acestei teme a permis integrarea sa într-un context în care studiul conștiinței dobândise deja o dezvoltare considerabilă.

În data de 27 iunie, a fost reluată prezentarea referitoare la „Importanța sistemului ayurvedic Vimshati-Guna în gestionarea proceselor adaptative din viața personală”.





Tema deschisese anul de studiu încă din septembrie 2025, iar revenirea asupra ei aproape zece luni mai târziu a avut valoarea unei recapitulări fundamentale. Cele douăzeci de calități generale oferă un limbaj simplu și totodată riguros pentru recunoașterea tendințelor care apar în trup, în stările psihice, în comportament și în raportarea la mediu. Reconsiderarea lor după un an bogat în teme diferite a făcut mai evidentă capacitatea sistemului Vimshati-Guna de a constitui un reper transversal pentru numeroase aplicații ayurvedice.



Seminar
sâmbătă
04.07.2026
ora 11:30

Kātyāyana Rishi

Luna iulie a început prin revenirea la seria Amnaya. La 4 iulie a fost prezentată prima parte a expunerii consacrate înțeleptului ayurvedic [Kātyāyana](#), iar materialul a beneficiat în aceeași zi de două intervale de difuzare. Tema a pus accentul pe măsura justă, precizia limbajului și discernământul proporțional în evaluare și intervenție. Prin aceasta, figura lui Kātyāyana a fost asociată unei idei care apare constant în Ayurveda: cunoașterea devine cu adevărat utilă atunci când este exprimată exact și aplicată proporțional situației concrete.

Partea a doua, prezentată la 11 iulie, a continuat această direcție prin aprofundarea raportului dintre cuvântul precis, regulile aplicabile, metodologie și inteligența practică. În cadrul tradițiilor de cunoaștere, precizia termenilor nu are doar o valoare formală. Modul în care este formulată o categorie influențează felul în care ea poate fi recunoscută și utilizată. Din această perspectivă, studiul lui Kātyāyana a pus în lumină legătura dintre limbaj, discernământ și acțiune eficientă.

Pe 18 iulie, programul a continuat cu „Integrarea conștientă a existenței umane prin cunoașterea sistemului Sapta-Samaya”. Tema relua și dezvoltă prezentarea din luna mai despre cele șapte trepte ale integrării existențiale armonioase.

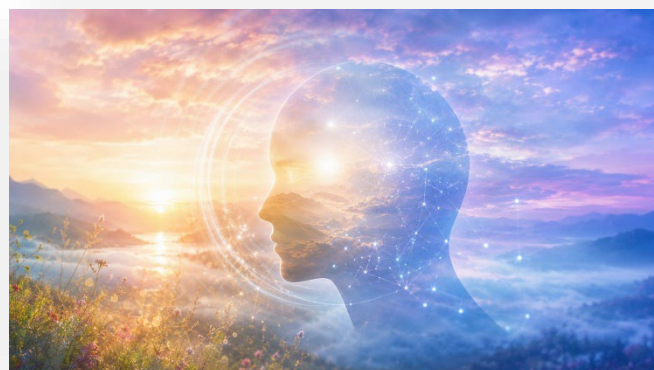
De această dată, accentul a fost pus asupra autocunoașterii, formării obiceiurilor benefice și cultivării progresive a potențialului uman. Cele șapte trepte au fost privite ca repere ale unei transformări în care cunoașterea dobândită trebuie să se reflecte treptat în alegeri, atitudini și comportamente.

La 25 iulie, prezentarea Sapta-Samaya a fost reluată, oferind posibilitatea unei noi apropieri de problematica progresului launtric și a orientării către o condiție existențială superioară.

Succesiunea celor două întâlniri a subliniat din nou rolul reluărilor în cadrul programului. Unele teme necesită revenire, deoarece valoarea lor nu rezultă doar din informațiile oferite, ci din posibilitatea de a fi reconsiderate în raport cu propria experiență și cu alte cunoștințe dobândite între timp.

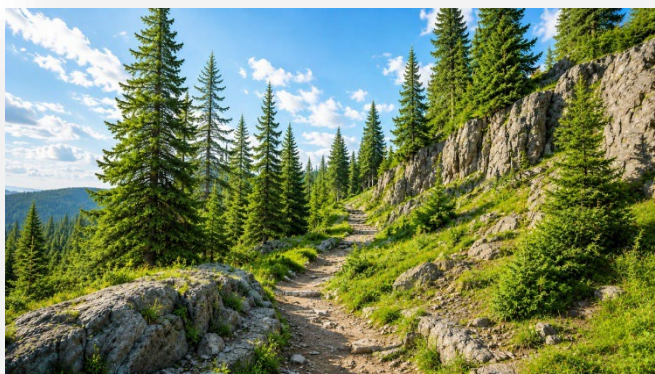
Luna august a fost consacrată într-o proporție importantă studiului conștiinței și relației dintre acesta și Ayurveda. La 1 august, prezentarea [„Conștientizarea și înțelegerea, două dimensiuni complementare ale cunoașterii”](#) a diferențiat două procese care sunt adesea tratate ca echivalente.

Conștientizarea face posibil contactul direct cu experiența, în timp ce înțelegerea organizează și integrează semnificația acesteia. Împreună, cele două dimensiuni permit trecerea de la simpla prezență a unei impresii în câmpul conștiinței la integrarea sa într-o structură de cunoaștere.





La 8 august, „[O perspectivă practică asupra funcției volitive a conștiinței](#)” a reluat într-o formă mai elaborată problema voinței, prezentă încă din expunerea despre Panchadasa Virya. De această dată au fost urmărite distinct definirea scopului, caracterul benefic al orientării alese, formarea intenției, mobilizarea energiei necesare acțiunii și continuitatea efortului. Voința a fost astfel analizată ca proces și nu ca simplă capacitate abstractă. O acțiune conștientă presupune o succesiune de etape, iar calitatea rezultatului depinde de coerența relației dintre acestea.



Această prezentare a avut o pronunțată dimensiune aplicativă. A devenit important nu numai să fie definit ceea ce ființa umană dorește să realizeze, ci și să fie evaluată valoarea aceluia scop, să fie constituită o intenție stabilă și să fie mobilizate resursele necesare menținerii acțiunii. Prin această abordare, studiul conștiinței s-a întâlnit firesc cu preocuparea ayurvedică pentru echilibru, adaptare și orientarea benefică a vieții personale.

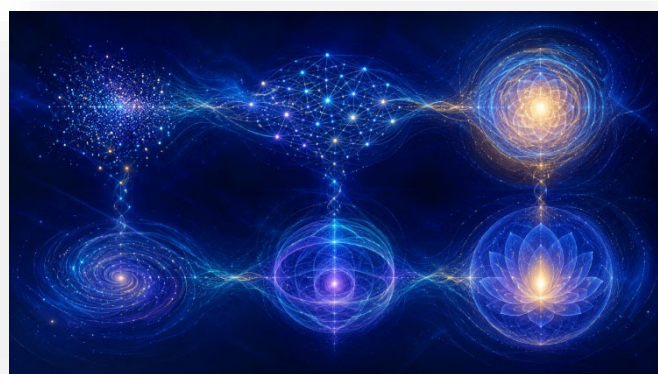
La 15 august, prezentarea consacrată [sinergologiei](#) a deschis o perspectivă nouă asupra importanței cunoașterii constituțiilor ayurvedice. Postura, atitudinile corporale și micromișcărilor au fost analizate în raport cu particularitățile constituționale. Tema a propus o apropiere interdisciplinară între observarea limbajului corporal și criteriile de cunoaștere constituțională utilizate în Ayurveda.

Valoarea acestei direcții constă mai ales în atenția acordată observației. Constituția se exprimă printr-o multitudine de caracteristici observabile. Modul în care o persoană se mișcă, își alege postura sau reacționează corporal poate completa alte repere utilizate în evaluarea particularităților personale.



Sinergologia a fost introdusă ca domeniu care poate stimula o observare atentă și poate deschide întrebări asupra manifestării constituțiilor.

Pe 22 august, seria dedicată conștiinței a continuat prin „[O cercetare interdisciplinară asupra dinamicii cognitive a conștiinței instrumentale](#)”. Expunerea a urmărit traseul prin care elementele primare ale experienței sunt transformate succesiv în informație și apoi în cunoaștere. Pornind de la distincția dintre date, informație și cunoaștere formulată de Brian Clegg și Paul Birch, prezentarea a pus acest model în relație cu funcțiile lui manas, buddhi și citta.



Datele au fost privite ca elemente primare ale experienței, informația ca rezultat al organizării lor semnificative, iar cunoașterea ca integrare a informației într-o structură capabilă să orienteze înțelegerea și acțiunea. Privind din această perspectivă, manas participă la recepția și coordonarea impresiilor, buddhi realizează discriminarea și determinarea semnificației, iar citta contribuie la păstrarea și integrarea experienței personale într-un fond cognitiv mai amplu.



Această prezentare a oferit una dintre cele mai clare expresii ale orientării interdisciplinare dezvoltate pe parcursul anului. Conceptele ayurvedice și modelele contemporane ale procesării informației au fost puse în dialog pentru a evidenția etape și funcții comparabile ale procesului cognitiv. Tema a continuat explorările referitoare la atenție, focalizare, conștientizare, înțelegere și voință.

Anul de studiu se încheie la 29 august 2026 cu reluarea primei părți a prezentării consacrate înțeleptului Kausika-Rishi. Expunerea urmărește personalitatea înțeleptului Kausika, asociată în tradiție cu Vishvamitra, și parcursul său de transformare de la condiția regală către statutul de Brahmarishi. Austeritatea, disciplina și aspirația către o condiție spirituală superioară alcătuiesc reperele principale ale acestei biografii tradiționale.

În contextul seriei Amnaya, revenirea la Kausika-Rishi este semnificativă deoarece încheie anul prin aceeași deschidere către tradiția înțelepților cu care acesta începuse în septembrie 2025 prin prezentarea lui Ashmarathya Rishi. Între cele două momente s-a desfășurat un traseu amplu prin principiile Ayurvedei, istoria sa, fitoterapie, studiul conștiinței, aplicații educaționale și domenii interdisciplinare. Ultima prezentare creează astfel o legătură simbolică între începutul și finalul ciclului.

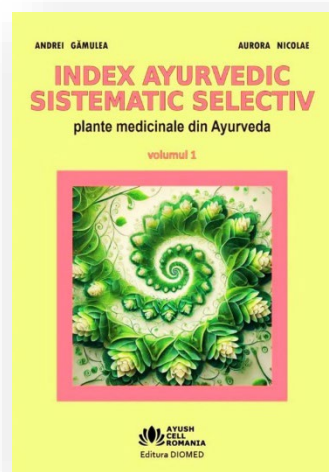
Privită în ansamblu, perioada iunie–august 2026 sintetizează foarte bine caracterul întregului an de studiu. Shad-Padartha și [Vimshati-Guna](#) au readus în atenție structurile fundamentale ale Ayurvedei; Kātyāyana și Kausika au continuat explorarea tradiției Amnaya; Sapta-Samaya a urmărit integrarea existențială; revista digitală a plantelor medicinale a reprezentat direcția fitoterapeutică și editorială; iar Āveśa, conștientizarea, funcția volitivă și dinamica cognitivă a conștiinței instrumentale au dezvoltat una dintre cele mai bogate direcții interdisciplinare ale programului.

Cele 52 de prezentări reunite între septembrie 2025 și august 2026 formează o colecție coerentă, în care unele teme introduc principii, altele le dezvoltă, iar altele creează conexiuni neașteptate între domenii aparent îndepărtate. Reluările permit revenirea asupra unor materiale importante, seriile în mai multe părți facilitează aprofundarea, iar prezentările noi mențin procesul de explorare.



În această continuitate poate fi identificat și rostul mai amplu al programului început în cadrul proiectului „[Ayurveda în România](#)” și dezvoltat ulterior prin Ayush Cell România. Prezentările cu participare liberă creează un spațiu constant de întâlnire cu Ayurveda și, într-o perspectivă mai largă, cu domeniul AYUSH. Prin publicarea și organizarea progresivă a materialelor pe platforma [ayushcell.ro](#), fiecare prezentare poate deveni parte a unui fond de cunoaștere accesibil și în viitor.

Retrospectiva anului 2025–2026 evidențiază astfel nu numai diversitatea subiectelor, ci mai ales continuitatea unei direcții: apropierea de tradiția Ayurveda prin studiu sistematic, raportarea ei la probleme actuale și dezvoltarea unor forme prin care această cunoaștere să poată fi explorată liber, progresiv și din perspective multiple. În succesiunea celor 52 de întâlniri, Ayurveda rămâne centrul de referință, iar deschiderea către Yoga, fitoterapie, studiul conștiinței și celelalte domenii AYUSH îi amplifică posibilitățile de înțelegere și de integrare în contextul contemporan.





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.

Prezentări pag. 01-18

Un program deschis de explorare și aprofundare a domeniilor AYUSH – Ayurveda, Yoga, Unani, Siddha și Homeopatie – sinteza perioadei septembrie 2025 – august 2026

Un an de prezentări dedicate Ayurvedei și domeniului AYUSH

Cuprins pag. 19

Resurse educaționale pag. 19-20

Ayurveda - Nivel 01 pag. 19

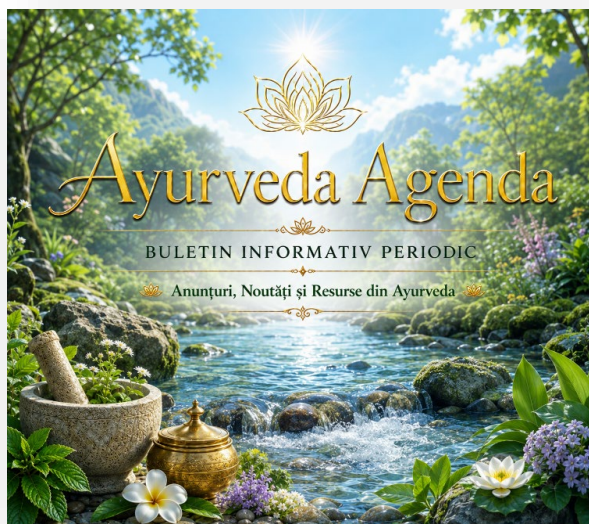
► Prakriti-Nikasha C19 (R)

Ayurveda - Nivel 02 pag. 20

► Dosha-Vaisamya C26 (N)

Ayurveda - Nivel 06 pag. 20

► Buddhi C13 (N)



Resurse educaționale

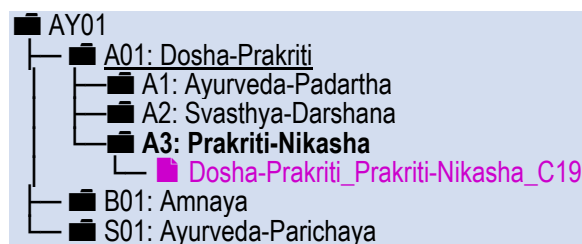
Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

3 Un curs revizuit din capitolul Prakriti-Nikasha despre aspectele specifice ciclului menstrual în cazul celor trei tipologii feminine

Cursul 19 prezintă particularitățile menstruației în cazul tipologiilor feminine vata, pitta și kapha și raportul acestora cu transmutarea, sublimarea și dinamica etapelor ciclului menstrual.

Cursul 19 face parte din nivelul 1 (AY01), secțiunea Dosha-Prakriti (A01), capitol Prakriti-Nikasha (A3), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY01-A01-A3-C19**.

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



Particularitățile constituționale feminine și ciclul menstrual

Cursul 19 examinează menstruația ca reper al diferențierii constituționale feminine.

Sunt prezentate particularitățile tipologiilor vata, pitta și kapha privind regularitatea ciclului, durata, cantitatea și culoarea sângerării, intensitatea durerilor și retenția de fluide.

Cursul 19 prezintă raportul dintre potențialul procreator și caracteristicile tipologice ale proceselor de transmutare și sublimare. Sunt prezentate avantajele și dificultățile constituționale asociate controlului energiei vitale.

Cursul prezintă împărțirea ciclului menstrual în patru perioade succesive, corelate cu dinamica dosha-urilor și cu variațiile hormonale ce sunt caracteristice fiecărei etape.

Denumire: Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C19



Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

4 Un curs nou din capitolul Dosha-Vaisamyă despre indiciile dezechilibrului lui kapha-dosha

Cursul 26 prezintă somnul excesiv, opoziția față de transformare, aspectele ereditare și apetitul exagerat ca indicii ale dezechilibrului kapha.

Cursul 26 face parte din nivelul 2 (**AY02**) de studiu, secțiunea principală Svasthavritta (**A02**), capitolul Dosha-Vaisamyă (**A2**), fiind disponibil atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil, având codul: **AY02-A02-A2-C26**.

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

- AY02
 - A02: Svasthavritta
 - A1: Tridosha-Guna
 - A2: Dosha-Vaisamyă
 - Svasthavritta_Dosha-Vaisamyă_C26

Manifestări ale stagnării și acumulării excesive de tip kapha

Cursul 26 continuă examinarea dezechilibrului lui kapha-dosha prin patru tendințe semnificative: somnul excesiv, opoziția față de înnoire, predispoziția ereditară și apetitul exagerat.

Sunt diferențiate somnul regenerant de prelungirea lui nejustificată, stabilitatea armonioasă de rigiditate și robustețea constituțională de acumularea ponderală. Este evidențiat felul în care sedentarismul, automatismele comportamentale, atașamentul față de obiceiurile familiale și alimentația compensatorie pot întreține stagnarea.

Predispozițiile congenitale sunt analizate împreună cu factorii dobândiți prin stilul de viață. Rearmonizarea presupune alternarea adecvată a repausului cu activitatea, întreruperea deprinderilor familiale nefavorabile și corelarea apetitului cu necesitățile reale ale trupului.

Stabilitatea constituțională devine suportul unei conduite echilibrate, conștiente și durabile, favorabile menținerii sănătății și vitalității.

Denumire: Svasthavritta_Dosha-Vaisamyă_C26

Ayurveda - Nivelul 6 de studiu - AY06

5 Un curs nou din capitolul Buddhi despre cooperarea dintre inteligență și energia subtilă vitală

Cursul 13 prezintă modul în care inteligența orientează energia subtilă vitală (prana), transformă impulsurile în alegeri conștiente și integrează cunoașterea în conduita ființei.

Cursul 13 face parte din nivelul 6 (**AY06**), secțiunea Manasa-Jnana (**A06**), capitolul Buddhi (**A3**), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY06-A06-A3-C13**.

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

- AY06
 - A06: Manasa-Jnana
 - A2: Citta
 - A3: Buddhi
 - Manasa-Jnana_Buddhi_C13
 - A4: Manas
 - A5: Ahamkara

Inteligența orientează energia vitală către acțiunea conștientă

Cursul 13 aprofundează raportul reciproc dintre inteligență și energia subtilă vitală. Inteligența (buddhi) examinează impulsurile, le recunoaște originea, anticipează consecințele și orientează prana către acțiuni conștiente.

Spațiul interior dintre impuls și reacție permite acumularea și organizarea energiei necesare alegerii. Energia subtilă (prana) susține atenția și înțelegerea experienței, iar inteligența (buddhi) îi conferă direcție, măsură și sens.

Practica contemplativă educă perceperea mișcărilor energetice și dezvoltă discernământul. Expresia buddhi-prana desemnează energia vitală rafinată, pusă în serviciul conștiinței, prin care adevărul recunoscut pătrunde în conduită, reorganizează deprinderile și transformă cunoașterea într-o putere benefică activă a vieții.

Denumire: Manasa-Jnana_Buddhi_C13

Acces: ayushcell.ro/suport_scris