



Interviuri

1 Interviuri – un nou spațiu editorial dedicat dialogului direct

O rubrică prin care Ayurveda Agenda aduce în prim-plan personalități, specialiști și experiențe relevante pentru studiul, cercetarea și dezvoltarea contemporană a Ayurvedei.

Prin rubrica „Interviuri”, revista Ayurveda Agenda deschide un nou spațiu editorial dedicat întâlnirii directe cu personalități, specialiști, profesori, cercetători și oameni implicați activ în păstrarea, aprofundarea și dezvoltarea contemporană a Ayurvedei și a domeniilor conexe.

În rubrica „Interviuri” va fi prezentată o serie de dialoguri prin care cititorii vor avea posibilitatea să descopere nu doar informații despre activitatea invitaților, ci și modul în care aceștia privesc propriul domeniu de competență, experiențele care le-au orientat parcursul profesional, preocupările actuale și perspectivele pe care le întrevăd pentru viitor.

Interviul realizat în cadrul creat prin intermediul revistei Ayurveda Agenda creează o formă de apropiere aparte, deoarece pune în valoare vocea directă a celui invitat și permite ca ideile să fie prezentate în contextul experienței personale, academice și profesionale din care provin.

În cadrul revistei Ayurveda Agenda, această rubrică urmărește totodată să ofere o perspectivă vie asupra modului în care Ayurveda este studiată, practică, predată și cercetată astăzi în diferite medii culturale și academice, din India și România, dar și din alte părți ale lumii.



Dialogurile incluse în această rubrică vor putea reuni teme privind educația ayurvedică, cercetarea, practica ayurvedică, studiul textelor clasice, plantele medicinale, prevenția, stilul de viață, precum și formele actuale de cooperare internațională.

O atenție specială va fi acordată persoanelor și instituțiilor cu care în România s-au dezvoltat, în timp, relații de colaborare, schimburi culturale și academice și inițiative sau acțiuni comune.

Prin aceste dialoguri, cititorii pot cunoaște mai îndeaproape oamenii care se află în spatele unor proiecte, programe educaționale sau activități de cercetare și pot înțelege mai bine contextul în care asemenea colaborări prind contur.

Rubrica „Interviuri” își propune, în acest fel, să completeze caracterul informativ și educațional al revistei Ayurveda Agenda prin dimensiunea dialogului. Dincolo de prezentarea unor date sau evenimente, această rubrică aduce în prim-plan experiența umană, reflecția profesională și schimbul direct de idei, contribuind la construirea unor punți durabile de comunicare între persoane, instituții și comunități interesate de Ayurveda.



Dr. Sadhana Misar Wajpeyi, departament Kayachikitsa
Ziua Ayurvedei 2025 organizată de Ayush Cell România & AMN-România

2 „Interviuri”, o nouă rubrică Ayurveda Agenda dedicată experienței, cercetării și dialogului

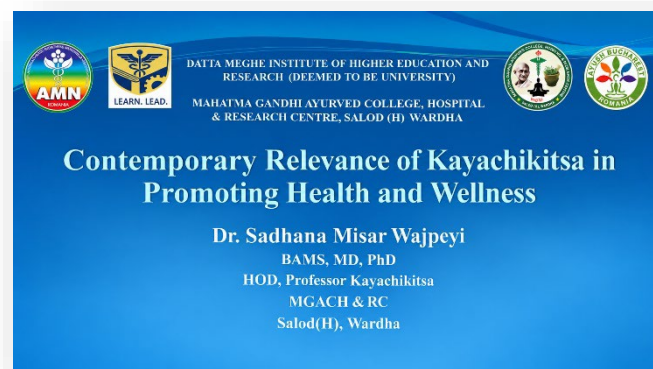
Direcții semnificative despre Kayachikitsa, formarea practicianului ayurvedic, cercetarea contemporană în domeniu și dezvoltarea colaborării academice dintre India și România.

Primul dialog al rubricii „Interviuri” o are ca invitată pe doamna Prof. Dr. Sadhana Misar (Wajpeyi), practician ayurvedic, profesor și șef al Departamentului de Kayachikitsa din cadrul Mahatma Gandhi Ayurved College, Hospital & Research Centre, Salod, Wardha, instituție aparținând Datta Meghe Institute of Higher Education and Research, India. Activitatea domniei sale reunește practica clinică, învățământul universitar, formarea postuniversitară și cercetarea, cu un interes constant pentru dezvoltarea domeniului Kayachikitsa și pentru integrarea principiilor clasice ale Ayurvedei în cadrul cercetării și al practicii clinice contemporane.

Interviul, realizat de Andrei Gămulea, redactor al revistei Ayurveda Agenda, inițiator al proiectului Ayurveda în România și coordonator al Ayush Cell România – Centrul de Informare AYUSH, se înscrie într-un cadru de colaborare deja existent, dezvoltat prin prelegeri adresate studenților, evaluarea și discutarea unor protocoale de cercetare, schimburi de informații științifice și participarea la activități dedicate Ayurvedei organizate în România.

Prof. Dr. Sadhana Misar subliniază în răspunsurile sale valoarea acestei colaborări și perspectivele extinderii ei prin proiecte comune de cercetare, publicații și schimburi academice periodice.

Alegerea acestei invitații pentru deschiderea acestei rubrici are astfel o semnificație aparte. Doamna Prof. Dr. Sadhana Misar reprezintă mediul academic ayurvedic indian în care tradiția clasică, practica medicală, activitatea didactică și cercetarea contemporană se întâlnesc în mod firesc.



În același timp, participarea domniei sale la programul Zilei Ayurvedei organizat în România în anul 2025 și implicarea ulterioară în activități academice comune au creat premisele unui dialog rodnic. Acest dialog depășește prezentarea unui parcurs profesional și reflectă o experiență concretă de cooperare fructuoasă între India și România.

Cele cincisprezece întrebări ale interviului urmăresc această perspectivă amplă. Discuția pornește de la formarea și experiența profesională a invitatei, continuă cu specificul domeniului Kayachikitsa, reperele de bază ale educației practicianului ayurvedic, relația dintre textele clasice și experiența clinică, metodologia cercetării și evaluarea plantelor și formulelor tradiționale, pentru a ajunge la relevanța actuală a Ayurvedei și la posibilitățile de dezvoltare a colaborării academice internaționale.

Prin această primă întâlnire, rubrica „Interviuri” își începe parcursul într-un mod firesc: printr-un dialog construit în jurul experienței profesionale, al cercetării în domeniu, al educației și al cooperării, domenii care pot contribui în mod real la o mai bună cunoaștere a Ayurvedei și la apropierea dintre mediile academice și comunitățile interesate de știința tradițională indiană asupra vieții - Ayurveda.

Ziua Ayurvedei 2025:
youtube.com/watch?v=x1hYWvimJM4



3 Interviu cu doamna Prof. Dr. Sadhana Misar (Wajpeyi)

Importante repere despre domeniul Kayachikitsa, formarea medicului ayurvedic, cercetarea contemporană și dezvoltarea colaborării academice dintre India și România.

1. Parcursul profesional și Kayachikitsa

Redactor: Sunteți medic ayurvedic, profesor și șef al Departamentului de Kayachikitsa din cadrul Mahatma Gandhi Ayurved College, Hospital & Research Centre, Wardha. Privind retrospectiv parcursul dumneavoastră profesional, care au fost cele mai importante etape ale acestuia și ce v-a determinat să vă specializați îndeosebi în Kayachikitsa?

Invitat: Salutări călduroase din partea Prof. Dr. Sadhana Misar (Wajpeyi).

Parcursul meu în Ayurveda a fost orientat de convingerea fermă asupra relevanței sale pentru îngrijirea contemporană a sănătății.

Am ales Kayachikitsa datorită abordării sale holistice asupra gestionării bolii, care integrează diagnosticul și tratamentul clinic cu particularitățile trupului și ale gândirii persoanei, precum și cu alimentația, stilul de viață și mediul de viață al acesteia. Am finalizat studiile postuniversitare și doctoratul în Kayachikitsa, care mi-au oferit o bază solidă pentru practica clinică, activitatea didactică și cercetare.

În prezent, în calitate de profesor și șef al Departamentului de Kayachikitsa din cadrul Mahatma Gandhi Ayurved College, Hospital & Research Centre, din Wardha, Maharashtra, India, sunt implicată activ în activitatea didactică, formarea clinică, dezvoltarea academică, educația postuniversitară și cercetare.

Am contribuit la dezvoltarea Ayurvedei prin articole publicate în reviste științifice evaluate de specialiști din domeniu, capitole de carte, proiecte de cercetare și lucrări protejate prin drepturi de autor, îndrumând totodată studenți postuniversitari și doctoranzi în dezvoltarea competențelor clinice și de cercetare.

Rămân profund implicată în dezvoltarea domeniului Kayachikitsa prin integrarea principiilor ayurvedice clasice cu practica bazată pe dovezi, cercetarea contemporană și abordările interdisciplinare, având drept obiectiv promovarea Ayurvedei ca sistem de îngrijire a sănătății riguros din punct de vedere științific, relevant clinic și centrat pe pacient.

2. Kayachikitsa și perspectiva personalizată

Redactor: Kayachikitsa reprezintă una dintre ramurile centrale ale științei ayurvedice și este adesea asociată, în terminologia contemporană, cu medicina internă. Cum ați prezenta acest domeniu cititorilor din România și ce anume particularizează perspectiva terapeutică a domeniului Kayachikitsa?

Invitat: Kayachikitsa este una dintre ramurile principale ale Ayurvedei, comparabilă în linii generale cu medicina internă, însă având o sferă holistică mai largă. Caracteristica distinctivă a Kayachikitsa este perspectiva sa terapeutică personalizată. În loc să se concentreze exclusiv asupra gestionării bolii, aceasta evaluează constituția (Prakriti), procesul bolii (Samprapti), funcțiile digestive și metabolice (Agni), starea țesuturilor, factorii psihomentali și influențele stilului de viață specifice fiecărui pacient.

Abordarea sa include Nidana Parivarjana, eliminarea factorilor cauzali, restabilirea funcționării Agni și a echilibrului metabolic, terapiile Shodhana și Shamana, alimentația și stilul de viață adecvate.



La toate acestea se adaugă practica Rasayana pentru prevenție și restabilirea sănătății.

Un punct forte al ramurii Kayachikitsa este accentul pus pe raționamentul clinic și pe selectarea personalizată a tratamentului, astfel încât aceeași boală poate necesita strategii terapeutice diferite în funcție de constituția pacientului, stadiul bolii, forța acestuia, capacitatea metabolică (agni) și factorii asociați.

Astfel, domeniul Kayachikitsa din Ayurveda integrează îngrijirea curativă, preventivă, de promovare a sănătății și de recuperare, urmărind nu doar ameliorarea simptomelor, ci și abordarea cauzei fundamentale și a procesului bolii, restabilirea echilibrului funcțional și susținerea sănătății și a stării de bine pe termen lung.

3. Trei dimensiuni inseparabile

Redactor: Experiența dumneavoastră profesională reunește practica clinică, învățământul universitar și cercetarea. Cum se completează aceste trei dimensiuni în formarea unui medic ayurvedic și cât de importantă este relația continuă dintre studiul textelor clasice și experiența clinică?

Invitat: Practica clinică, activitatea didactică universitară și cercetarea sunt trei dimensiuni inseparabile.

Practica clinică oferă experiență directă și permite înțelegerea realităților îngrijirii pacienților. Activitatea didactică încurajează studiul și reflecția continuă, deoarece profesorii trebuie să înțeleagă în profunzime conceptele înainte de a le transmite studenților. Cercetarea contribuie la verificarea observațiilor, la generarea unor cunoștințe noi și la consolidarea fundamentelor științifice ale practicii.

Un medic ayurvedic se formează cel mai eficient atunci când aceste elemente rămân interconectate. Textele clasice oferă cadrul teoretic, activitatea clinică verifică aceste cunoștințe în situațiile reale de viață, iar cercetarea evaluează sistematic rezultatele.

Studiul continuu al textelor fundamentale din tradiția Ayurvedei, precum Charaka Samhita și Sushruta Samhita, este esențial, deoarece acestea conțin bazele conceptuale ale Ayurvedei.

Experiența clinică conferă apoi acestor principii o semnificație practică. Cercetarea, la rândul său, ne permite să interpretăm și să comunicăm cunoașterea ayurvedică într-o manieră accesibilă și relevantă pentru societatea contemporană.



4. Calitățile esențiale ale unui practician ayurvedic

Redactor: În calitate de profesor și șef de departament, sunteți implicată direct în formarea studenților și a celor care urmează studii postuniversitare. Din perspectiva dumneavoastră, care sunt calitățile esențiale pe care un viitor medic ayurvedic ar fi necesar să le dezvolte dincolo de acumularea cunoștințelor teoretice?

Invitat: Cunoașterea teoretică, singură, nu este suficientă pentru formarea unui medic eficient. Aceasta trebuie completată de competențe practice și clinice solide.

Un viitor medic ayurvedic ar trebui să dețină o combinație echilibrată între competență clinică, compasiune, integritate etică, gândire științifică și o înțelegere profundă a principiilor ayurvedice.

Practicianul ayurvedic trebuie să stăpânească metodele clasice de diagnostic, precum Darshana, inspecția, Sparshana, palparea, și Prashna, anamneza și chestionarea pacientului, având totodată capacitatea de a integra în mod adecvat instrumentele moderne de diagnostic și abordările bazate pe dovezi.



Un medic competent trebuie să dezvolte un raționament clinic solid și capacități de luare a deciziilor care să îi permită să ofere o îngrijire individualizată și holistică. Empatia, răbdarea, comunicarea eficientă, modestia și respectul față de pacienți sunt esențiale pentru construirea încrederii și pentru acordarea unei îngrijiri integrale.

În plus, viitorii medici ayurvedici trebuie să rămână preocupați de învățarea continuă, să fie deschiși cercetării, progreselor tehnologice, asistenței medicale digitale și colaborării interdisciplinare, păstrând în același timp principiile fundamentale ale Ayurvedei.

Mai presus de toate, practicienii ayurvedici trebuie să susțină siguranța pacientului, etica profesională, prevenția și promovarea sănătății, contribuind astfel la menținerea Ayurvedei ca sistem relevant, credibil și capabil să răspundă nevoilor în continuă evoluție ale societății în domeniul sănătății.

5. Formarea identității profesionale

Redactor: În cadrul programului de orientare și formare Samskara destinat noilor studenți admiși la studiile postuniversitare, o atenție deosebită este acordată orientării lor profesionale încă de la începutul studiilor. Ce rol au astfel de programe în formarea identității profesionale a tinerilor medici și în înțelegerea responsabilităților pe care le implică practicarea Ayurvedei?

Invitat: Programele de orientare precum Samskara au un rol important în educația postuniversitară, oferindu-le studenților, încă de la începutul formării, o înțelegere clară a responsabilităților lor academice, clinice, etice, profesionale și de cercetare. Prin prezentări realizate de specialiști și sesiuni interactive, studenții dobândesc o perspectivă mai clară asupra cerințelor și oportunităților asociate studiilor postuniversitare în Ayurveda. Aceste programe de formare evidențiază faptul că pregătirea postuniversitară reprezintă mai mult decât o cale către obținerea unei diplome, fiind de fapt un parcurs important către formarea unui medic și cercetător competent, plin de compasiune, responsabil și etic.

Programul Samskara contribuie semnificativ și la dezvoltarea identității profesionale prin cultivarea disciplinei, integrității științifice, comunicării eficiente, spiritului de echipă și respectului față de pacienți, profesori și colegi.

Programul consolidează încrederea, motivația și claritatea scopului profesional. Studenților le sunt prezentate numeroase posibilități de carieră în practica clinică, mediul academic, cercetare, antreprenariat și domeniul sănătății.

În cele din urmă, programul Samskara îi inspiră pe tinerii medici ayurvedici să privească Ayurveda atât ca pe o știință, cât și ca pe o formă de serviciu adus societății, cultivând învățarea continuă și o practică profesională etică.



6. Păstrarea profunzimii tradiției milenare ayurvedice în contextul prezent

Redactor: Formarea unui medic ayurvedic se desfășoară astăzi într-un mediu în care tradiția medicală clasică interacționează tot mai mult cu cercetarea modernă, tehnologia și necesitățile sociale contemporane. Cum poate fi păstrată profunzimea tradiției ayurvedice și, simultan, cultivată capacitatea de adaptare la contextul modern?

Invitat: Consider că esențială este păstrarea principiilor fundamentale ale Ayurvedei și, în același timp, adaptarea modului lor de aplicare la necesitățile contemporane din domeniul sănătății.



Educația ayurvedică trebuie să le ofere studenților o bază solidă în textele clasice, terminologia sanscrită, raționamentul clinic bazat pe Samhita și conceptele fundamentale precum Dosha, Dhatu, Mala, Agni și Prakriti.

Aceste cunoștințe clasice trebuie completate, iar nu înlocuite, de știința modernă. Studenții trebuie să dezvolte, de asemenea, competențe în medicina bazată pe dovezi, metodologia cercetării, diagnosticul modern, tehnologia digitală și colaborarea interdisciplinară. Ei trebuie să evalueze în mod discriminativ atât cunoașterea clasică, cât și dovezile științifice contemporane, respectând în același timp cadrul epistemologic specific Ayurvedei.

Astfel, medicul ayurvedic modern trebuie să reprezinte o punte între tradiție și inovație, asigurând menținerea Ayurvedei ca sistem autentic, progresist, relevant clinic și capabil să răspundă necesităților societății.



7. Studiul clinic ayurvedic

Redactor: O parte importantă a activității departamentului dumneavoastră este consacrată cercetării postuniversitare și elaborării protocoalelor de cercetare clinică. Din perspectiva dumneavoastră, care sunt criteriile esențiale care conferă unui studiu clinic ayurvedic atât rigoare științifică, cât și autenticitate din perspectiva principiilor ayurvedice?

Invitat: Consider că un studiu clinic ayurvedic trebuie să integreze rigoarea științifică și fidelitatea față de principiile Ayurvedei.

Din punct de vedere științific, protocolul trebuie să cuprindă o întrebare de cercetare clară, un design adecvat al studiului, un număr suficient de participanți, o randomizare corespunzătoare, parametri de evaluare validați, aprobarea etică, o metodologie transparentă și o analiză statistică adecvată.

În același timp, autenticitatea ayurvedică presupune utilizarea corectă a Nidana Panchaka, Rogi-Roga Pariksha, evaluarea Prakriti, Vikriti și Dosha-Dushya, precum și analiza Samprapti și aplicarea Chikitsa-Siddhanta pentru orientarea selecției pacienților și a intervenției terapeutice.

Formula utilizată trebuie preparată în conformitate cu referințele clasice, având identitatea, calitatea și dozajul standardizate.

Rezultatele trebuie să includă atât parametri clinici moderni corespunzători, cât și criterii relevante de evaluare ayurvedică.

În cele din urmă, documentarea trebuie să fie transparentă și reproductibilă, respectând totodată principiul individualizării tratamentului.

Această abordare integrată generează dovezi credibile din punct de vedere științific, relevante din punct de vedere clinic și autentic înrădăcinate în știința sistemului Ayurveda.

8. Calitatea cercetării ayurvedice

Redactor: În cadrul colaborării noastre academice, am avut posibilitatea de a analiza protocoale de cercetare elaborate de studenții postuniversitari, după care observațiile au fost discutate și integrate în cadrul etic și metodologic deja aprobat. Cât de important considerați că este acest proces de evaluare, dialog și revizuire pentru îmbunătățirea calității cercetării ayurvedice?

Invitat: În cadrul colaborării noastre academice, am avut privilegiul de a vă prezenta spre evaluare protocoalele de cercetare elaborate de studenții noștri postuniversitari și de a beneficia de sugestiile dumneavoastră valoroase.



Această realizare reflectă, într-o anumită măsură, valoarea îndrumării și sprijinului academic oferite de dumneavoastră.

Vă mulțumim sincer pentru colaborarea continuă și așteptăm cu interes îndrumarea dumneavoastră în consolidarea viitoarelor noastre inițiative de cercetare și în formarea studenților noștri.

9. Evaluarea formulelor tradiționale

Redactor: Una dintre temele asupra cărora am colaborat a privit evaluarea unor formule descrise în Charaka Samhita și necesitatea corelării analizei clasice a ingredientelor acestora cu relevanța lor clinică în Kayachikitsa. Cum priviți relația dintre concepte precum rasa, virya și vipaka și evaluarea clinică contemporană a unei formule ayurvedice?

Invitat: Activitatea realizată în colaborare, prin intermediul prelegerii dumneavoastră ca profesor invitat, a fost foarte informativă și deosebit de utilă atât pentru studenții noștri, cât și pentru cei aflați la studii postuniversitare.

Din perspectiva mea, concepte precum Rasa, gustul, Virya, potența, și Vipaka, efectul postdigestiv, reprezintă factori fundamentali care determină acțiunea terapeutică în Ayurveda.

Acestea oferă un cadru pentru înțelegerea modului în care diferitele substanțe influențează procesele fiziologice și stările de boală.

Evaluarea clinică contemporană poate beneficia de aceste principii, deoarece ele oferă ipoteze referitoare la comportamentul farmacologic și la rezultatele terapeutice.

În timp ce știința modernă se concentrează adesea asupra constituenților chimici și a mecanismelor moleculare, Ayurveda examinează calitățile funcționale și efectele sistemice.

Relația dintre principiile clasice din Ayurveda și cercetarea contemporană trebuie privită ca fiind complementară.

Conceptele tradiționale ayurvedice contribuie la orientarea selecției formulelor, în timp ce metodele clinice moderne ajută la evaluarea siguranței și eficacității acestora.

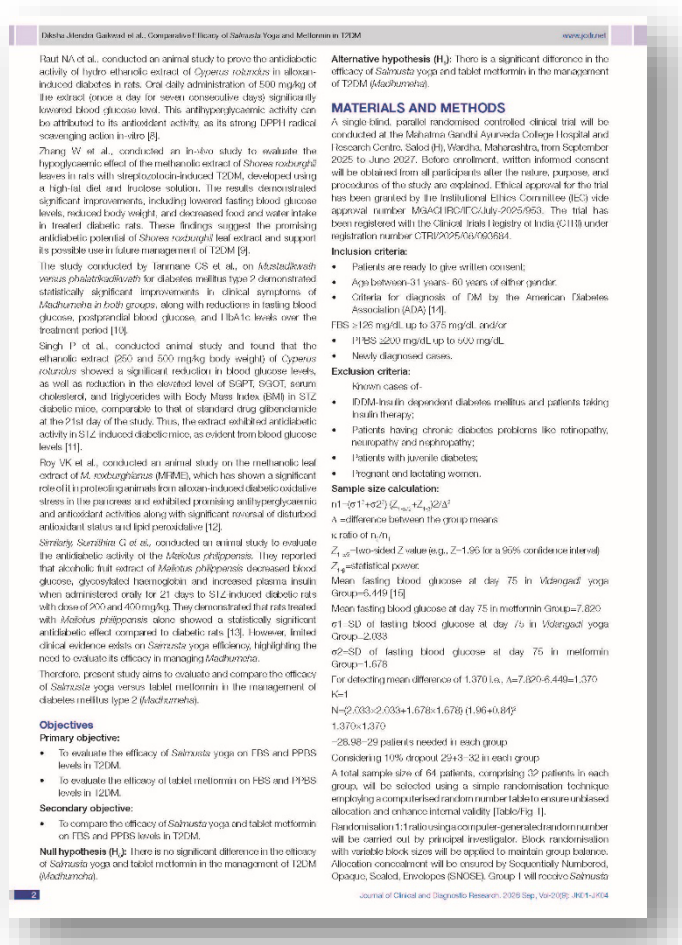
Apreciem sincer observațiile detaliate și pertinente pe care le-ați formulat și care au contribuit în mod semnificativ la îmbunătățirea calității, metodologiei și rigorii științifice a cercetărilor lor.

Acest proces colaborativ de evaluare a fost deosebit de valoros pentru studenții noștri. Sugestiile dumneavoastră constructive i-au ajutat să identifice aspectele care necesitau îmbunătățiri, să consolideze metodologia cercetării, să dezvolte prezentarea științifică și să dobândească o abordare sistematică asupra cercetării clinice ayurvedice.

Ne bucurăm să menționăm că unul dintre protocoalele de cercetare dezvoltate în cadrul acestui proces a fost acceptat și publicat cu succes într-o revistă evaluată inter pares, adică într-o publicație științifică în care articolele sunt analizate înainte de publicare de alți specialiști din același domeniu.



Integrarea acestor perspective tradiționale îmbogățește atât înțelegerea, cât și aplicarea practică, permițând explorarea înțelepciunii tradiționale prin intermediul metodelor științifice contemporane, fără pierderea integrității sale conceptuale.



10. Trecerea de la cunoașterea tradițională la evaluarea modernă în cercetarea asupra plantelor medicinale

Redactor: Cercetarea plantelor medicinale și a formulelor tradiționale trebuie uneori să răspundă unor întrebări apărute în contexte contemporane foarte diferite de cele în care Ayurveda s-a dezvoltat inițial. Discuția noastră referitoare la Kapikacchu (*Mucuna pruriens*) a ilustrat foarte bine această situație. Cum considerați că trebuie realizată trecerea de la cunoașterea tradițională la evaluarea științifică modernă, păstrând atât precizia, cât și relevanța concluziilor?

Invitat: Această tranziție trebuie abordată cu deschidere intelectuală, rigoare metodologică și respect față de sistemele tradiționale de cunoaștere.

Informațiile clasice oferă cadrul inițial, iar evaluarea contemporană contribuie la verificarea siguranței, eficacității și relevanței clinice.

Plante medicinale precum Kapikacchu (*Mucuna pruriens*) ilustrează importanța acestei integrări.

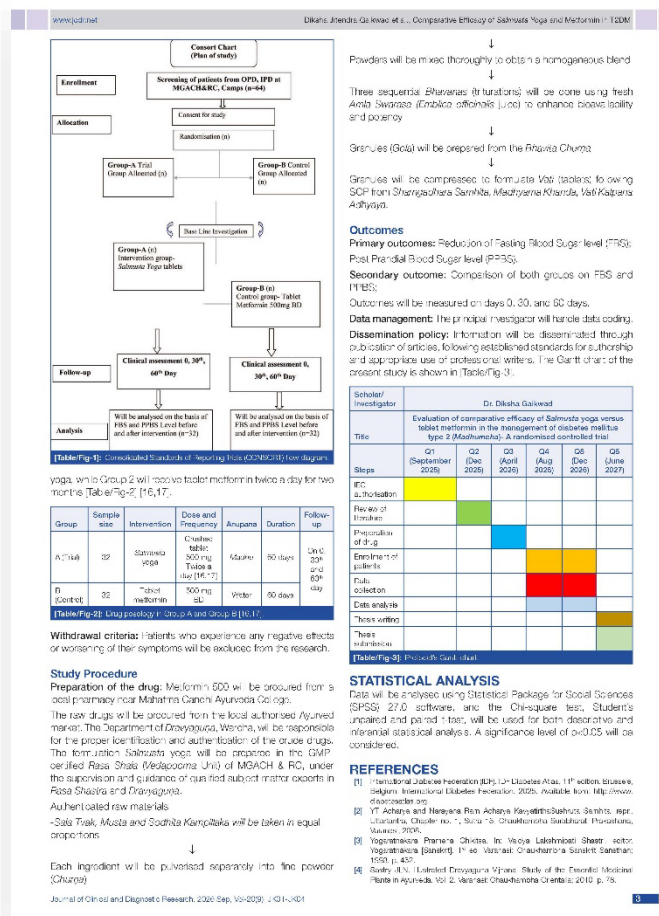
Textele clasice descriu proprietățile, acțiunile și indicațiile terapeutice ale acestora, în timp ce cercetarea modernă investighează acțiunile farmacologice și aplicațiile clinice prin studii experimentale și clinice.

Cercetătorii trebuie să evite atât respingerea cunoașterii tradiționale, cât și acceptarea ei lipsită de o examinare critică.

Conceptele clasice trebuie să orienteze formularea unor întrebări de cercetare relevante, care pot fi apoi evaluate prin metodologii științifice riguroase. Metodologia adecvată a cercetării, reproductibilitatea, rigoarea statistică, standardele etice și raportarea transparentă sunt esențiale.

Astfel, validarea științifică trebuie să consolideze baza de dovezi a Ayurvedei, respectând cadrul său teoretic și generând concluzii care să fie în același timp precise din punct de vedere științific și cu adevărat relevante pentru îngrijirea contemporană a sănătății.





11. Relevanța sistemului tradițional Ayurveda pentru societatea modernă

Redactor: În prezent, Ayurveda suscită un interes tot mai mare în afara Indiei. Din perspectiva dumneavoastră, care aspecte ale acestei tradiții prezintă cea mai mare relevanță pentru societatea contemporană și pentru dezvoltarea unei culturi mai profunde a sănătății la nivel internațional?

Invitat: Consider că una dintre cele mai importante contribuții ale Ayurvedei constă în abordarea sa preventivă și centrată pe persoană. Societățile moderne se confruntă cu provocări tot mai mari legate de tulburările asociate stilului de viață, bolile cronice, stresul și influențele mediului. Ayurveda oferă instrumente valoroase pentru abordarea acestor aspecte. Accentul pus asupra rutinelor zilnice, adaptării sezoniere, conștientizării alimentației, stării de bine psihomentală și îngrijirii personalizate a sănătății oferă îndrumări pentru menținerea sănătății.

O altă contribuție importantă este înțelegerea holistică a ființei umane. Ayurveda recunoaște interdependența dintre factorii trupești, psihologici, sociali și de mediu. Într-o lume din ce în ce mai interesată de medicina preventivă și de îngrijirea personalizată a sănătății, Ayurveda oferă un cadru cuprinzător care își păstrează o remarcabilă actualitate. Valoarea sa depășește gestionarea bolii și se extinde către promovarea echilibrului, rezilienței și calității vieții.

Ayurveda for People & Planet

10th Zia Ayurvedei în România

23 September, 2025

Ayurveda pentru oameni & planetă

23-28 septembrie 2025

AYUSH CELL ROMANIA

12. Zia Ayurvedei

Redactor: În anul 2025, ați participat la programul dedicat Zilei Ayurvedei organizat în România, în cadrul căruia ați prezentat tema „Relevanța contemporană a Kayachikitsa în promovarea sănătății și a stării de bine”. Ce semnificație atribuiți unor astfel de întâlniri internaționale și dialogului direct dintre specialiștii indieni și comunitățile care studiază Ayurveda în alte țări?

Invitat: Întâlnirile internaționale au un rol esențial în dezvoltarea înțelegerii reciproce, a colaborării profesionale și a schimbului cultural.

Întâlnirile internaționale și în mod special Zia Ayurvedei creează oportunități de dialog direct între specialiști, studenți, cercetători, profesioniști din domeniul sănătății și publicul larg.

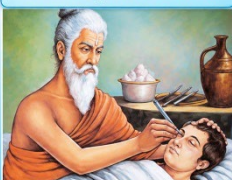
Participarea mea la programul dedicat Zilei Ayurvedei din România în anul 2025 a avut o semnificație aparte, deoarece a demonstrat interesul global tot mai mare pentru cunoașterea ayurvedică autentică. Astfel de evenimente oferă posibilitatea clarificării unor concepții eronate și încurajează dialogul bazat pe dovezi.





Introduction of Kayachikitsa-General Medicine

- **Kayachikitsa** – “Kaya” (body/metabolism) + “Chikitsa” (treatment).
- **Importance** – core branch of Ayurveda dealing with systemic diseases.
- **Scope** – preventive, promotive, curative, and rejuvenative aspects.



Acharya Charak
Father of Ayurvedic Medicine

Întâlnirile internaționale contribuie, de asemenea, la constituirea unor rețele profesionale care pot conduce la inițiative educaționale, colaborări în domeniul cercetării și publicații comune.

Dincolo de rezultatele academice, aceste interacțiuni consolidează înțelegerea interculturală și respectul reciproc.

Din perspectiva mea, dialogul internațional este esențial pentru dezvoltarea responsabilă și durabilă a Ayurvedei la nivel global.

13. Cooperarea internațională în direcția promovării și dezvoltării Ayurvedei

Redactor: Colaborarea dintre instituțiile ayurvedice din India și organizațiile educaționale sau centrele din alte țări poate depăși simplul schimb de informații și poate include cercetare, activități didactice, conferințe și proiecte editoriale. Din experiența dumneavoastră, care forme de cooperare internațională considerați că sunt cele mai valoroase pentru dezvoltarea Ayurvedei?

Invitat: Cele mai valoroase forme de cooperare internațională sunt cele care creează un angajament academic susținut, dincolo de schimburile izolate.

Proiectele comune de cercetare, interacțiunile dintre profesori și studenți, conferințele organizate în comun, programele educaționale partajate și publicațiile științifice realizate în colaborare contribuie semnificativ la dezvoltare.

Parteneriatele de cercetare sunt deosebit de importante, deoarece permit instituțiilor să își reunească expertiza, resursele și perspectivele.

Inițiativele educaționale comune contribuie la menținerea standardelor academice, extinzând totodată accesul la oportunități educaționale de calitate.

Un alt domeniu important îl reprezintă dezvoltarea unor rețele internaționale axate pe practica ayurvedică bazată pe dovezi și pe cercetare. Astfel de colaborări pot contribui la creșterea vizibilității și a recunoașterii științifice a Ayurvedei la nivel mondial.

Cooperarea autentică se construiește pe respect reciproc, transparență și angajamentul comun față de excelența academică.

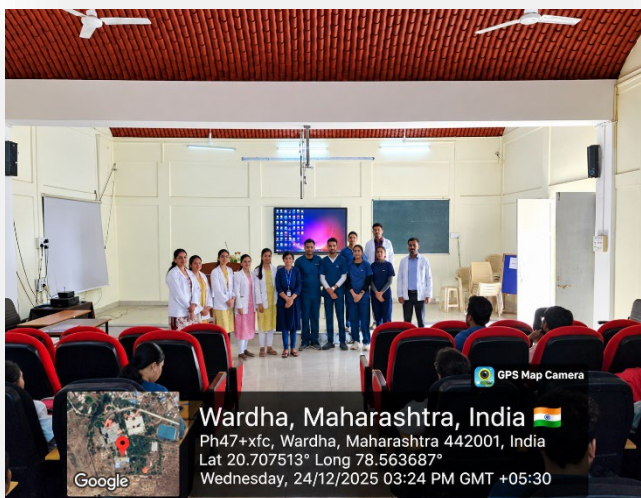


14. Colaborarea dintre India și România

Redactor: În cadrul activităților noastre de colaborare din ultimul an au avut loc prelegeri academice pentru studenți, evaluări ale protocoalelor de cercetare, schimburi de informații științifice și participări la evenimente dedicate Ayurvedei în România. Cum evaluați această experiență de colaborare și ce direcții considerați că ar putea fi dezvoltate în continuare între mediul academic ayurvedic din India și inițiativele din România?

Invitat: Colaborarea a fost foarte bună și stimulatorie din punct de vedere intelectual.

Prin prelegeri academice, discuții referitoare la cercetare, evaluarea protocoalelor și participarea la activități dedicate Ayurvedei, am construit o relație constructivă și reciproc avantajoasă.



Apreciez în mod deosebit seriozitatea cu care au fost abordate standardele academice, metodologia cercetării și dialogul științific.

Astfel de interacțiuni demonstrează că o cooperare internațională semnificativă este posibilă atunci când există un angajament comun față de învățare și integritate profesională.

Privind spre viitor, consider că există posibilități de extindere a cooperării prin proiecte comune de cercetare, programe de implicare a studenților, precum concursurile de tip chestionar (quiz), publicații realizate în colaborare și schimburi academice periodice.

Aceste inițiative ar putea contribui semnificativ la consolidarea legăturii dintre instituțiile ayurvedice din India și activitățile educaționale ayurvedice aflate în dezvoltare în România.

Această experiență mi-a întărit convingerea că dialogul academic reprezintă una dintre cele mai eficiente modalități de promovare a Ayurvedei autentice la nivel internațional.

15. Un mesaj pentru cei care studiază Ayurveda în România

Redactor: Dacă ar fi să transmiteți o singură idee esențială cititorilor revistei Ayurveda Agenda, atât celor care studiază deja Ayurveda, cât și celor care o descoperă pentru prima dată, referitoare la valoarea Ayurvedei pentru viața omului contemporan, care ar fi mesajul dumneavoastră?

Invitat: Aș dori să transmit mesajul că Ayurveda reprezintă mai mult decât un sistem medical. Ea este o știință a vieții și a modului de a trăi. Valoarea sa durabilă constă în capacitatea de a-i ajuta pe oameni să se înțeleagă pe ei înșiși și să cultive echilibrul în viața de zi cu zi.

Indiferent dacă suntem profesioniști din domeniul sănătății, studenți sau persoane care abia încep să descopere Ayurveda, aceasta ne amintește că sănătatea reprezintă mai mult decât absența bolii, fiind o stare armonioasă a trupului, minții, simțurilor și mediului.

Prin promovarea echilibrului și a îngrijirii individualizate, Ayurveda urmărește menținerea sănătății, susținerea longevității, îmbunătățirea calității vieții și dobândirea unei stări cuprinzătoare de bine. Ayurveda încurajează responsabilitatea personală, autocunoașterea, moderația și respectul față de natură. Aceste principii sunt la fel de relevante astăzi precum erau cu mii de ani în urmă.

Dacă le aplicăm cu discernământ, Ayurveda poate contribui nu doar la rezultate mai bune în domeniul sănătății, ci și la un mod de viață mai echilibrat, mai plin de compasiune și mai sustenabil, atât pentru fiecare persoană, cât și pentru societate în ansamblu. Vă mulțumesc.

Cu considerație, Prof. Dr. Sadhana Misar Wajpeyi (MD, PhD), Șef al Departamentului și Profesor Departamentul de Kayachikitsa MGACH & RC, Salod, Wardha, DMIHER [DU], Sawangi, Wardha





Cuprins

4 Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 37

Cuprinsul revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 37 include referințele numerice ale articolelor incluse în cadrul diferitelor rubrici și precizări despre capitolele resurselor educaționale ale fiecărui nivel de studiu inclus. Referințele sunt indicate la începutul fiecărui rând al cuprinsului și corespund numărului de la începutul articolelor.

Interviuri pag. 01-11

- (1) Interviuri – un nou spațiu editorial dedicat dialogului direct
- (2) „Interviuri”, o nouă rubrică Ayurveda Agenda dedicată experienței, cercetării și dialogului
- (3) Interviu cu doamna Prof. Dr. Sadhana Misar Wajpeyi

Cuprins pag. 12

- (4) Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 37

Resurse educaționale pag. 12-13

Ayurveda - Nivel 01 pag. 12

- (5) Prakriti-Nikasha C21 (R)

Ayurveda - Nivel 02 pag. 13

- (6) Dosha-Vaisamya C28 (N)

Ayurveda - Nivel 03 pag. 13

- (7) Vimshati-Guna C01 (A)

Informare de actualitate pag. 14-16

- (8) Revista digitală educațională de plante medicinale – august 2026



Resurse educaționale

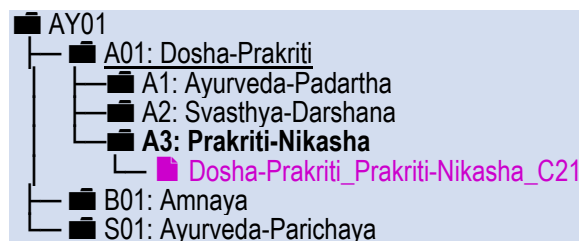
Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

5 Un curs revizuit din capitolul Prakriti-Nikasha despre natura erotic-amoroasă pitta și kapha

Cursul 21 prezintă particularitățile erotic-amoroase ale tipologiilor ayurvedice pitta și kapha și rolul continenței erotic-amoroase, transmutării și sublimării.

Cursul 21 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-C21**.

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



Particularitățile naturii erotic-amoroase în cazul tipologiilor pitta și kapha

Cursul 21 examinează natura erotic-amoroasă a tipologiilor pitta și kapha, evidențiind particularitățile pasiunii, apetitului erotic și valorificării superioare a potențialului procreator.

Tipologia pitta se distinge prin intensitate și inițiativă, având nevoie de moderație, autocontrol și deschidere afectivă.

Tipologia kapha manifestă un apetit constant, o vitalitate amplă și o dezvoltare lentă, dar durabilă, a pasiunii, fiind avantajată de fidelitate. Pentru tipologia kapha, sublimarea energiilor rezultate prin transmutare este importantă.

Cursul prezintă atracția dintre constituții diferite și continența erotic-amoroasă ca modalitate de integrare a iubirii, energiei și complementarității constituționale într-o cale de autocunoaștere.

Denumire: Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C21



Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

6 Un curs nou din capitolul Dosha-Vaisamyă despre valoarea practică a indiciilor de dezechilibru

Cursul 28 prezintă protecția excesivă, dependența exterioară și negarea posibilităților spirituale, apoi sintetizează valoarea practică a indiciilor de dezechilibru.

Cursul 28 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-C28**.

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



Indiciile dezechilibrului dosha-urilor sunt instrumente practice de autoreglare

Cursul 28 încheie analiza dezechilibrului lui kapha prin examinarea protecției excesive, a dependenței de persoane și condiții și a negării puterii transformatoare a Sinelui Suprem.

Atenția protectoare devine dezechilibrantă atunci când limitează autonomia, iar atașamentul față de stabilitate poate transfera susținerea în exterior. Atma-nishedha exprimă fixarea conștiinței asupra identității condiționate și diminuarea deschiderii spirituale autentice.

În cursul 28 este sintetizată valoarea operativă a indiciilor dosha-urilor: acestea sunt examinate împreună, în raport cu intensitatea, frecvența, durata, contextul și constituția personală.

Recunoașterea calităților devenite excesive permite aplicarea principiului contrariilor, diferențierea constituției de dezechilibru și transformarea observației în autoreglare și acțiune benefică, adaptată cu precizie stării reale și posibilităților fiecărei ființe umane în parte.

Denumire: Svasthavritta_Dosha-Vaisamyă_C28

Ayurveda - Nivelul 3 de studiu - AY03

7 Un curs actualizat din capitolul Vimshati-Guna despre manifestările calității de greu (guru-guna)

Cursul 1 prezintă calitatea generală de greu (guru-guna), manifestările sale în natură și în ființă, la nivel fizic, efectele sale armonioase și consecințele excesului acesteia.

Cursul 1 face parte din nivelul 3 (AY03), secțiunea Dravyaguna (A03), capitolul Vimshati-Guna (A5), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul **AY03-A03-A5-C01**.

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



Calitatea generală de greu (guru-guna) și manifestările sale în ființă și natură

Cursul 1 din capitolul Vimshati-Guna prezintă prima pereche dintre cele 20 de calități generale din Ayurveda: greu (guru) și ușor (laghu). Cursul prezintă manifestarea calității de greu, guru-guna, prin gravitație, condensare, greutate trupească, densitate și acumularea unui potențial energetic latent. Sunt diferențiate greutatea, volumul și compactitatea, folosind exemple precum constituția corporală, laptele coagulat, fructele, semințele și plantele medicinale.

Manifestarea armonioasă a calității de greu susține hrănirea, tonifierea, stabilitatea și forța vitală. Excesul acesteia poate favoriza stagnarea, obstrucția și dificultatea transformării energiei. Echilibrarea se realizează prin cultivarea calității opuse, laghu-guna, potrivit principiului ayurvedic al compensării prin contrarii.

Denumire: Dravyaguna_Vimshati-Guna_C01

Acces: ayushcell.ro/suport_scriis



Informare de actualitate

Revista digitală de plante medicinale

8 Revista digitală educațională de plante medicinale – august 2026

Noul număr din luna august 2026 continuă explorarea interdisciplinară a plantelor medicinale, reunind utilizările tradiționale, datele etnobotanice, mecanismele biologice și cercetările moderne pentru evidențierea unor proprietăți reprezentative distincte.

A fost publicat numărul din luna august 2026 al Revistei digitale de plante medicinale, continuând dezvoltarea colecției de prezentări video realizate în cadrul Ayush Cell România.

Cele douăsprezece plante ale acestei ediții oferă un tablou deosebit de divers, de la specii bine cunoscute și utilizate curent, precum pătrunjelul, lucerna, iedera sau nalba mare, până la plante mai puțin prezente în materialele obișnuite de popularizare, precum dumbravnicul, gregghetinelul, calomfirul ori Ochii fetei.

Prezentări tematice video – plante medicinale luna August 2026			
Calomfir Partea analizată: partea aeriană Tematică reprezentativă: nematocid	Dumbravnic Partea analizată: partea aeriană Tematică reprezentativă: anitruiziv	Gregghetinel Partea analizată: partea aeriană Tematică reprezentativă: diuretic	Gulie Partea analizată: frunze Tematică reprezentativă: artroton
Iedera Partea analizată: frunze Tematică reprezentativă: antifungic	Lucerna Partea analizată: partea aeriană Tematică reprezentativă: imunostimulent	Nalba mare Partea analizată: rădăcina Tematică reprezentativă: relaxant	Ochii fetei Partea analizată: fori Tematică reprezentativă: hipolipemiant
Pătrunjel Partea analizată: frunze Tematică reprezentativă: antiurolitiazică	Scai vanat Partea analizată: partea aeriană Tematică reprezentativă: diuretic	Topinambur Partea analizată: frunze Tematică reprezentativă: hipoglicemiant	Vetrica Partea analizată: partea aeriană Tematică reprezentativă:

Tocmai această diversitate permite numărului din august să evidențieze una dintre direcțiile importante ale proiectului: redescoperirea unor resurse vegetale prin investigarea atentă a unei proprietăți particulare, suficient de relevante pentru a deschide o nouă perspectivă asupra plantei.

Metoda utilizată în realizarea prezentărilor depășește descrierea generală a proprietăților unei plante medicinale.

Pentru fiecare resursă vegetală este aleasă o parte utilizată și o tematică reprezentativă, iar documentarea urmărește apoi felul în care această direcție poate fi argumentată prin date tradiționale, compoziție fitochimică, mecanisme biologice și cercetări experimentale sau clinice.

Uneori documentarea disponibilă este consistentă și permite formularea unor corelații bine susținute.

În alte situații, datele sunt încă limitate, iar prezentarea păstrează caracterul exploratoriu, diferențiind cu atenție utilizarea tradițională, rezultatul experimental și ipoteza care merită cercetată în continuare.

Această diferențiere a nivelurilor de evidență reprezintă o componentă importantă a valorii educaționale a seriei.

Ediția din august cuprinde **calomfirul**, analizat prin partea aeriană pentru acțiunea nematocidă, **dumbravnicul** (*Melittis melissophyllum*), prin partea aeriană pentru proprietățile antitusive, **gregghetinelul**, prin partea aeriană pentru acțiunea diuretică, **gulie** (*Brassica oleracea* var. *gongyloides*), prin frunze pentru proprietatea artrotonă, **iedera** (*Hedera helix*), prin frunze pentru acțiunea antifungică, **lucerna** (*Medicago sativa*), prin partea aeriană pentru proprietățile imunostimulente, **nalba mare** (*Althaea officinalis*), prin rădăcină pentru acțiunea relaxantă, **Ochii fetei** (*Coreopsis tinctoria*), explorată pentru proprietățile hipolipemiente, **pătrunjelul** (*Petroselinum crispum*), prin frunze pentru acțiunea antiurolitiazică, **scaiu vânat**, prin partea aeriană pentru proprietățile diuretice, **topinamburul** (*Helianthus tuberosus*), prin frunze pentru acțiunea hipoglicemiantă, și **vetrica** (*Tanacetum vulgare*), prin partea aeriană, într-o prezentare dedicată potențialului său antitoxemic.

Diversitatea acestor tematici este semnificativă. În același număr sunt investigate acțiuni asupra metabolismului lipidic și glucidic, funcției urinare, sistemului respirator, imunității, aparatului locomotor și stării de relaxare, alături de proprietăți antifungice, nematocide sau antitoxemice.

Revista oferă astfel posibilitatea de a observa cât de diferite pot fi direcțiile funcționale identificate chiar în cazul unor plante aparent familiare.



Frunza de **gulie**, de exemplu, este privită din perspectiva troficității articulare, în timp ce frunzele de topinambur sunt investigate în relație cu reglarea metabolismului glucidic.

Alegerea unor asemenea părți vegetale, mai rar aflate în centrul prezentărilor fitoterapeutice, contribuie la extinderea câmpului de cercetare.



Un exemplu relevant pentru metoda folosită îl reprezintă **Ochii fetei** (*Coreopsis tinctoria*), plantă analizată în direcția acțiunii hipolipemiante.



Documentarea acestei proprietăți permite urmărirea mai multor niveluri ale cercetării, de la observații asupra trigliceridelor și colesterolului până la investigații recente asupra mareinei, unul dintre compușii caracteristici ai plantei, și asupra unor mecanisme celulare implicate în metabolismul lipidic. Datele experimentale privind lipofagia și căile PI3K/AKT/mTOR pot fi astfel puse în relație cu rezultatele metabolice observate, fără ca mecanismul experimental să fie confundat cu demonstrarea unui efect clinic.

Tocmai această separare între ceea ce este promițător, ceea ce este demonstrat experimental și ceea ce dispune deja de observații la om oferă cititorului o imagine mai precisă asupra stadiului actual al cunoașterii.

O situație diferită este oferită de **dumbravnic** (*Melittis melissophyllum*), pentru care tematica antitusivă pornește de la utilizări tradiționale europene documentate, inclusiv folosirea plantei pentru tuse și disconfortul gâtului.



Cercetările asupra activității antioxidante, antiinflamatoare, spasmolitice sau antimicrobiene pot furniza elemente complementare pentru înțelegerea acestei utilizări, însă documentarea clinică directă rămâne mai restrânsă. Într-un asemenea caz, valoarea prezentării constă tocmai în reunirea atentă a indiciilor existente, fără transformarea unei convergențe plauzibile într-o certitudine terapeutică.

Numărul din august oferă și alte exemple ale modului în care o plantă cunoscută poate fi reconsiderată printr-un unghi mai specific. Iedera (*Hedera helix*), asociată frecvent cu utilizarea respiratorie, este investigată aici prin frunze din perspectiva acțiunii antifungice. Lucerna (*Medicago sativa*), cunoscută mai ales ca plantă nutritivă și fortifiantă, este urmărită în direcția proprietăților imunostimulente. În cazul nalbei mari (*Althaea officinalis*), rădăcina este analizată pentru potențialul relaxant, ceea ce permite extinderea discuției dincolo de binecunoscutele sale proprietăți emoliente și protectoare asupra mucoaselor. Astfel, plante familiare sunt privite din unghiuri mai puțin obișnuite, dar documentabile.



Aceeși deschidere este prezentă în investigarea pătrunjelului (*Petroselinum crispum*), ale cărui frunze sunt studiate în relație cu acțiunea antiurolitiazică, sau a **vetricei** (*Tanacetum vulgare*), pentru care tematica antitoxemică impune corelarea atentă a datelor tradiționale cu ceea ce poate fi susținut prin mecanisme biologice și cercetări.

În astfel de situații, prezentările urmăresc să ofere repere pentru înțelegere și cercetare, păstrând distincția dintre utilizarea tradițională, demonstrația experimentală și aplicabilitatea terapeutică.



O caracteristică tot mai evidentă a [Revistei digitale de plante medicinale](#) este tocmai această capacitate de a deschide piste de studiu.

Scopul unei prezentări nu este doar acela de a confirma ceea ce este deja foarte bine cunoscut despre o plantă medicinală.

Uneori valoarea sa constă în identificarea unei proprietăți mai puțin investigate, în găsirea unor cercetări realizate în țări cu tradiții fitoterapeutice diferite sau în observarea unei convergențe între utilizarea etnobotanică și un mecanism evidențiat de cercetarea contemporană.

Pentru plantele cu documentare terapeutică mai redusă, această abordare devine cu atât mai importantă: informația este prezentată ca punct de plecare pentru aprofundare, cu delimitarea clară a gradului de certitudine disponibil.

În același timp, structura comună a prezentărilor face posibilă compararea lor.

Partea vegetală utilizată, compoziția relevantă, proprietatea selectată, mecanismele posibile, studiile reprezentative, utilizările tradiționale și aplicațiile practice formează un traseu precis de documentare.

Cercetările citate sunt plasate în context, cu menționarea autorilor, a țării și a anului atunci când acestea sunt relevante pentru înțelegerea evoluției cercetării. În acest fel, informația științifică devine accesibilă.

Numărul din august 2026 ilustrează foarte bine maturizarea acestei metode editoriale. Cele douăsprezece plante nu alcătuiesc doar o succesiune de fișe independente, ci un ansamblu de exemple despre felul în care poate fi investigată astăzi o resursă vegetală.

Tradiția oferă uneori punctul de plecare, fitochimia identifică substanțele relevante, farmacologia explorează mecanismele, iar cercetările moderne verifică anumite efecte și deschid noi întrebări. Valoarea apare din corelarea acestor niveluri și din prezentarea lor cu măsura corespunzătoare dovezilor existente.

[Revista digitală de plante medicinale](#) își dezvoltă astfel treptat o veritabilă bază documentară video. Fiecare ediție lunară adaugă alte douăsprezece perspective, iar funcția de selecție personalizată permite ulterior reunirea plantelor din numere diferite după proprietăți, sisteme funcționale, familii botanice sau interese individuale de studiu.

Succesiunea edițiilor și posibilitatea reorganizării tematiche a materialelor transformă colecția într-un instrument flexibil de consultare și aprofundare.

Accesarea prezentărilor video este integrată în infrastructura platformei Ayush Cell România și presupune autentificarea în cont.

Numărul din august 2026 adaugă colecției douăsprezece noi resurse și, mai ales, douăsprezece direcții distincte de explorare a lumii plantelor medicinale, contribuind la construirea unei perspective în care tradiția, observația, cercetarea și documentarea se completează reciproc.

Acces selectiv pentru fiecare număr lunar:
ayushcell.ro/prezentari_plante_medicinale