



Evenimente

1 Lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România” cu prilejul celebrării Gandhi Jayanti

O întâlnire dedicată moștenirii lui Mahatma Gandhi a reunit celebrarea Gandhi Jayanti și lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România”.

Vineri, 2 octombrie 2026, Ambasada Indiei la București a găzduit un eveniment cu o semnificație aparte pentru relațiile culturale și educaționale dintre India și România.

În ziua în care India și comunitățile indiene din întreaga lume celebrează Gandhi Jayanti, participanții au adus un omagiu lui Mahatma Gandhi și, în același cadru, au fost prezenți la lansarea volumului 4 al lucrării Ayurveda în România.

Cele două momente au conferit întâlnirii o valoare specială. Primul a readus în atenție personalitatea și moștenirea lui Mohandas Karamchand Gandhi, născut la 2 octombrie 1869, ale cărui idei despre adevăr, nonviolență, responsabilitate, simplitate și respect față de viață au dobândit o rezonanță universală. Cel de-al doilea a privit către prezent și către viitor, prin lansarea unei lucrări care se referă la dezvoltarea studiului Ayurvedei în România.





Volumul 4, o nouă etapă a unui proiect



amplu început în anul 2018

Lucrarea „Ayurveda în România”, ajunsă la al 4-lea volum, evidențiază continuitatea cooperării dintre instituții și oameni care, de-a lungul anilor, au contribuit la apropierea culturală și educațională dintre România și India.

Programul evenimentului a început la ora 9:00 și a reunit membri ai comunității indiene, reprezentanți ai Ambasadei și prieteni ai Indiei.

Omagierea lui Mahatma Gandhi, plantarea și udarea unui copac de neem și lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România” au alcătuit trei momente distincte, reunite însă printr-o idee comună: continuitatea se construiește prin valori cultivate și transmise mai departe.

În centrul componentei dedicate Ayurvedei s-a aflat lansarea volumului 4 al lucrării Ayurveda în România, realizat în ediții distincte în limba română și în limba engleză.

Apariția unui al patrulea volum transformă într-o anumită măsură chiar perspectiva asupra întregului proiect. Un prim volum poate consemna un moment, o inițiativă sau începutul unei colaborări. O serie ajunsă la patru volume începe însă să descrie o evoluție. Fiecare apariție succesivă adaugă documente, activități, proiecte, oameni și experiențe, iar împreună acestea permit urmărirea în timp a modului în care studiul Ayurvedei s-a dezvoltat în România și a felului în care relațiile cu instituțiile din India s-au diversificat.

Primul volum al seriei a fost lansat în 2018, într-un context diplomatic deosebit, cu prilejul vizitei oficiale în România a vicepreședintelui de atunci al Republicii India, M. Venkaiah Naidu. Încă de la început, proiectul a fost conceput bilingv.

Ediția în limba română se adresează firesc publicului din România, în timp ce ediția în limba engleză face accesibilă experiența românească partenerilor din India și mediului internațional interesat de Ayurveda. De atunci, volumele succesive au urmărit dezvoltarea activităților educaționale, editoriale și instituționale, colaborările cu profesori și instituții din India, proiectele de informare publică și diferitele modalități prin care Ayurveda a devenit treptat un domeniu de dialog cultural și educațional româno-indian.



În anul 2026, apariția volumului 4 oferă astfel posibilitatea unei priviri retrospective asupra unui traseu care poate fi urmărit deja pe durata mai multor ani. Această continuitate a constituit una dintre ideile importante ale prezentărilor susținute la lansarea cărții.



Lucrarea a fost prezentată ca parte a unui demers mai amplu: documentarea atentă a dezvoltării Ayurvedei în România și constituirea unei baze solide pentru viitoare colaborări educaționale, culturale și de cercetare cu India.

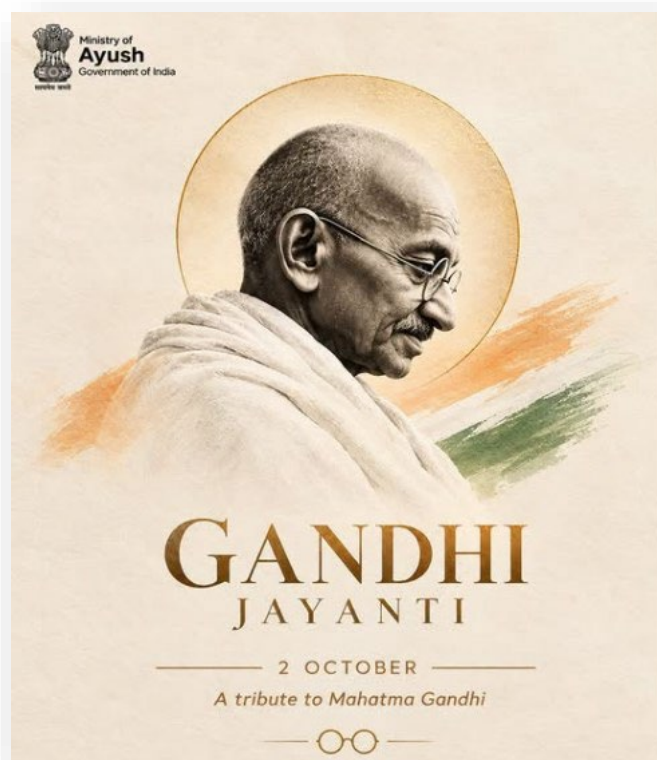


O lucrare despre Ayurveda și, în același timp, despre cooperare

În expunerile rostite cu prilejul lansării a fost subliniată tocmai această dublă dimensiune a proiectului. Lucrarea „Ayurveda în România” vorbește despre Ayurveda, dar vorbește totodată despre relațiile create în jurul ei. În paginile seriei se regăsesc activități educaționale, conferințe, întâlniri, colaborări academice, proiecte editoriale și inițiative de informare. Privite separat, ele pot părea evenimente distincte. Reunite cronologic, dobândesc însă o altă semnificație: arată felul în care o tradiție de cunoaștere poate deveni un spațiu de întâlnire între oameni, instituții și culturi.

Aceasta este una dintre valorile importante ale proiectului „Ayurveda în România”. Cooperarea internațională devine durabilă atunci când este susținută de continuitate. O întâlnire creează un contact. O colaborare repetată creează încredere. O serie de proiecte desfășurate de-a lungul anilor creează o experiență comună. Iar consemnarea acestei experiențe îi conferă memorie și o face disponibilă celor care vor continua activitatea. Această idee a fost exprimată prin raportarea volumului 4 la un angajament mai amplu față de cunoaștere, dialog și prietenia dintre India și România. Cartea devine astfel atât document, cât și mărturie a unei colaborări aflate în evoluție.

Prezența celor patru volume împreună a permis, simbolic, vizualizarea acestui parcurs. De la primul volum din 2018 până la ediția lansată în 2026, seria consemnează etapele unui proces în care educația ayurvedică, activitățile culturale, cercetarea și cooperarea s-au întâlnit în forme diferite.



Gandhi Jayanti și lansarea volumului: două momente, o continuitate de sens

Alegerea zilei de 2 octombrie a conferit lansării o dimensiune aparte. Gandhi Jayanti este una dintre zilele naționale ale Indiei, iar 2 octombrie este recunoscută internațional și drept Ziua Internațională a Nonviolentei. În 2026 s-au împlinit 157 de ani de la nașterea lui Mahatma Gandhi.

Legătura dintre celebrarea lui Gandhi și prezentarea unei lucrări dedicate Ayurvedei poate fi înțeleasă mai profund decât prin simpla coincidență a celor două momente în programul aceleiași zile. Mahatma Gandhi a manifestat o preferință puternică pentru ceea ce numea „nature cure”, a experimentat îndelung alimentația și stilul de viață orientat spre bunăstare și a formulat uneori critici severe la adresa nereușitelor din domeniul sănătății. Tocmai această poziție independentă face relația sa cu Ayurveda deosebit de interesantă.



La 6 mai 1925, vorbind la Ashtanga Ayurveda Vidyalaya din Calcutta, Gandhi declara că se situează de partea acelei orientări care acordă prevenției o importanță mai mare decât intervenției după apariția bolii. În același discurs, Gandhi cerea practicienilor o perspectivă mult mai profundă asupra ființei umane, care să depășească preocuparea exclusivă pentru trup.



În alte intervenții, Gandhi a cerut practicienilor ayurvedici rigoare, modestie și mai ales dezvoltarea spiritului autentic de cercetare. El aprecia tenacitatea cercetătorilor moderni în căutarea adevărului și considera că Ayurveda putea să-și valorifice moștenirea tocmai printr-o asemenea atitudine investigativă, capabilă să examineze atent, să verifice și să dezvolte cunoașterea tradițională.

Privite din perspectiva prezentului, aceste idei profunde ale lui Gandhi sunt remarcabil de actuale, mai ales într-un context în care dialogul dintre tradiție și cercetarea modernă devine esențial pentru aprofundarea, validarea și dezvoltarea responsabilă a cunoașterii ayurvedice.



O legătură care pornește de la prevenție și responsabilitate

Ayurveda definește sănătatea într-un cadru amplu, în care păstrarea stării de echilibru ocupă un loc fundamental. Chiar formularea clasică a obiectivului său plasează protejarea sănătății ființei umane sănătoase alături de abordarea dezechilibrului celui care ajunge să fie afectat de dezechilibre sau boli. Sursele instituționale ale Ministerului AYUSH din India prezintă, de asemenea, Ayurveda ca „știință a vieții”, orientată atât către menținerea sănătății, cât și către tratarea prin mijloace adecvate a bolii.

Mahatma Gandhi ajungea, pe o cale proprie, la o preocupare apropiată pentru prevenție. Pentru el, sănătatea era strâns legată de conduita zilnică, alimentație, moderație, igienă, activitate fizică, raportarea la natură și responsabilitatea personală.



Această apropiere ajunge să fie înțeleasă ca o convergență de principii. Ayurveda oferă un sistem tradițional complex, cu propria sa epistemologie, propriile concepte și propriul corpus textual.

Gandhi propune o filozofie etică și socială în care sănătatea, simplitatea, autodisciplina și respectarea legilor naturii ocupă un loc important. Cele două perspective se întâlnesc în anumite puncte: prevenția, moderația, responsabilitatea, atenția acordată alimentației și stilului de viață și înțelegerea sănătății într-un context mai larg decât simpla absență a bolii.

Indian Council of Medical Research păstrează astăzi o secțiune specială consacrată temei „Gandhi & Health”, semn al interesului contemporan și aprecierii pentru reevaluarea contribuției sale la reflecția profundă asupra sănătății.



Spiritul de cercetare responsabilă, o legătură surprinzător de actuală

Există însă și un alt punct de întâlnire pentru proiectul Ayurveda în România: cercetarea. Gandhi respecta tradiția, dar considera că respectul autentic presupune capacitatea de a o examina cu luciditate. În discursurile sale adresate practicienilor ayurvedici, Gandhi a cerut cercetare, onestitate intelectuală și disponibilitatea de a recunoaște cu luciditate limitele cunoașterii existente.



Această perspectivă este deosebit de relevantă astăzi. Păstrarea unei tradiții vii presupune mai mult decât repetarea unor formulări moștenite.

Valorificarea tradiției milenare a Ayurvedei presupune studierea atentă a surselor, înțelegerea contextului lor, documentarea experienței, confruntarea cu întrebările prezentului și dezvoltarea unor direcții de cercetare capabile să apropie cunoașterea tradițională de instrumentele contemporane de investigare.

Din această perspectivă, lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România” la data de 2 octombrie dobândește o semnificație suplimentară.

Seria „Ayurveda în România” consemnează o experiență, iar documentarea este una dintre condițiile cercetării responsabile. Ceea ce este consemnat poate fi urmărit, comparat, analizat și dezvoltat. Ceea ce rămâne numai în memoria participanților se poate pierde odată cu trecerea timpului, însă cartea devine un instrument al continuității experienței peste timp.

Un copac plantat și o carte lansată

Unul dintre cele mai sugestive momente ale manifestării de la București a fost plantarea unui copac de neem. Participanții au contribuit la așezarea pământului și la udarea acestuia, transformând ceremonia într-un gest comun.

Acesta a fost un moment special, o expresie a răbdării necesare oricărei relații durabile: creșterea presupune îngrijire, iar apropierea dintre societăți se consolidează prin inițiative constructive repetate și prin încredere reciprocă, construită în timp.

Alăturarea dintre copacul plantat și cartea lansată este una dintre imaginile memorabile care pot rămâne definitorii pentru acest eveniment. Amândouă vorbesc despre continuitate.

Copacul crește prin rădăcini și prin îngrijirea primită în timp. O tradiție de cunoaștere se dezvoltă prin studiu, transmitere și capacitatea fiecărei generații de a adăuga ceva experienței primite.



În cazul proiectului „Ayurveda în România”, cele patru volume pot fi privite în această succesiune. Fiecare consemnează o etapă, iar împreună construiesc memoria unei dezvoltări durabile.



Există aici și o corespondență cu una dintre dimensiunile profunde ale gândirii lui Mahatma Gandhi: ideea că transformările durabile se realizează prin consecvență. Marile principii capătă valoare atunci când sunt transpuse în gesturi adecvate, în conduită și în activități care continuă.

De la primul volum către o arhivă a studiului și dezvoltării Ayurvedei în România

Privită retrospectiv, seria începută în anul 2018 dobândește treptat caracterul unei arhive editoriale.

Aceasta este poate una dintre contribuțiile sale cele mai importante. Istoria dezvoltării unui domeniu este alcătuită din numeroase evenimente aparent mărunte: un curs, o conferință, o vizită, o colaborare, o carte, o întâlnire cu un profesor, un proiect de cercetare, o nouă resursă educațională.



La momentul producerii lor, semnificația fiecăruia este percepută separat. După mai mulți ani, documentarea lor sistematică permite observarea relațiilor dintre ele. Volumele Ayurveda în România fac posibilă această privire longitudinală.

Cele patru volume arată cum au evoluat activitățile educaționale în diferite domenii ale Ayurvedei, cum s-au dezvoltat contactele cu India, cum au apărut noi colaborări academice și cum au început proiectele editoriale să completeze programele de pregătire în Ayurveda.

În ultimii ani, acest cadru s-a extins prin activitatea Ayush Cell România – Centrul de Informare AYUSH București și prin apariția unor noi forme de informare și documentare, între care revista săptămânală Ayurveda Agenda.

Din această perspectivă, volumul 4 al lucrării „Ayurveda în România” reprezintă consemnarea traversării unui nou prag de dezvoltare.



Cunoașterea autentică – o formă de apropiere între România și India

În prezentările susținute la lansare a fost exprimată convingerea că volumul 4 al lucrării „Ayurveda în România” poate aduce o contribuție semnificativă la continuarea dialogului dintre România și India. Aceasta este o formulare care surprinde sensul larg al proiectului inițiat în anul 2018.



Relațiile dintre țări sunt construite prin diplomație și instituții, dar acestea capătă profunzime mai ales prin oameni și prin cunoașterea reciprocă.

Educația, cultura și cercetarea creează forme de apropiere care se dezvoltă în timp și care permit cooperării să pătrundă dincolo de cadrul formal al relațiilor internaționale. În acest proces, Ayurveda ocupă un loc particular. Ayurveda aparține patrimoniului de cunoaștere al Indiei, dar interesul internațional pe care îl suscită creează contexte de dialog constructiv cu alte culturi, instituții și comunități și astfel conferă universalitate științei tradiționale a Ayurvedei.

Vizita de stat efectuată în România în luna iulie 2026 de Excelența Sa Shrimati Droupadi Murmu, Președinta Republicii India, a evidențiat tocmai importanța educației, culturii și cunoașterii tradiționale în relațiile dintre cele două țări. În discursurile sale, Ayurveda a fost menționată între valorile culturale prin care India contribuie la patrimoniul universal. Lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România”, la numai câteva luni după această vizită, se înscrie firesc în același proces de continuitate.

De la respectul pentru tradiția ayurvedică la responsabilitatea față de viitor

Evenimentul din 2 octombrie 2026 a reunit astfel două direcții temporale.

Gandhi Jayanti a orientat privirea către una dintre personalitățile fundamentale ale Indiei moderne și către valori care și-au păstrat relevanța peste generații. Lansarea volumului 4 a orientat-o către prezent și viitor, către ceea ce poate fi construit mai departe prin educație, consemnare, cercetare și cooperare. Între cele două există o legătură profundă: responsabilitatea.

Pentru Gandhi, libertatea era inseparabilă de responsabilitatea personală și colectivă. În reflecțiile sale asupra sănătății, el lega starea persoanei de conduită, alimentație, igienă, autocontrol și relația cu natura. În raportarea sa la Ayurveda, respectul pentru tradiție era însoțit de exigența cercetării și a onestității profesionale.

Pentru Ayurveda, responsabilitatea se exprimă prin cultivarea unei vieți echilibrate, prin atenția acordată particularităților personale, mediului și ritmurilor vieții și prin preocuparea pentru păstrarea sănătății.



Pentru un proiect contemporan dedicat Ayurvedei, responsabilitatea înseamnă studiu riguros, metodă adecvată, diferențierea atentă între tradiție și demonstrația modernă, deschiderea către cercetare și transmiterea cunoașterii într-o formă accesibilă generațiilor următoare.

În acest punct, asocierea dintre Gandhi Jayanti și lansarea unei cărți despre Ayurveda își găsește poate sensul cel mai profund.



O zi importantă, cu o dublă valoare și o perspectivă comună

La finalul întâlnirii din 2 octombrie 2026 au rămas două imagini puternice: un copac proaspăt plantat și un nou volum așezat alături de cele trei care l-au precedat. Prima imagine vorbește despre rădăcini, creștere și îngrijire. Cea de-a doua vorbește despre memorie, cunoaștere și continuitate.

Împreună, acestea pot constitui o expresie simbolică a relației dintre România și India în domeniul culturii și educației: o relație care se dezvoltă prin inițiative concrete, prin întâlniri succesive, prin respect reciproc și prin proiecte capabile să lase urme documentabile.

Lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România” la Ambasada Indiei din București a reprezentat, în acest sens, mai mult decât prezentarea unei noi apariții editoriale.

A fost momentul în care un proiect început cu opt ani în urmă a putut fi privit în continuitatea sa și, în același timp, proiectat către etapele următoare.

Celebrarea Gandhi Jayanti a oferit acestui moment un cadru deosebit. Adevărul, nonviolența, simplitatea, responsabilitatea, respectul pentru natură, preocuparea pentru prevenție și exigența unei cercetări oneste alcătuiesc un fond de idei care poate continua să inspire și astăzi. Gandhi însuși a cerut Ayurvedei să fie vie, responsabilă și deschisă cercetării, iar această solicitare, formulată cu un secol în urmă, își păstrează actualitatea.

Volumul 4 continuă, la rândul său, o istorie care rămâne deschisă. Prin documentarea atentă a dezvoltării Ayurvedei în România, prin ediția bilingvă și prin reflectarea cooperării cu India, lucrarea contribuie la constituirea unei memorii comune și creează un reper pentru proiectele care vor urma. Acest nou volum va putea aduce o contribuție semnificativă la continuarea dialogului dintre cele două țări.

Cunoașterea apropiie, continuitatea consolidează, iar proiectele construite cu răbdare transformă apropierea dintre oameni într-o relație durabilă între culturi și instituții.

În dimineața zilei de 2 octombrie, omagierea lui Mahatma Gandhi, plantarea unui copac și lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România” au exprimat, fiecare într-un limbaj propriu, aceeași orientare către viitor. Rădăcinile au fost recunoscute și respectate, ceea ce s-a construit până acum a fost consemnat, iar continuitatea a rămas deschisă unor noi etape ale cooperării româno-indiene.





Cuprins

2 Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 40

Cuprinsul revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 40 include referințele numerice ale articolelor incluse în cadrul diferitelor rubrici și precizări despre capitolele resurselor educaționale ale fiecărui nivel de studiu inclus.

Evenimente

pag. 01-08

- (1) Lansarea volumului 4 al lucrării „Ayurveda în România” cu prilejul celebrării Gandhi Jayanti

Cuprins

pag. 09

- (2) Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 40

Resurse educaționale

pag. 09-12

Ayurveda - Nivel 01

pag. 09-10

- (3) Ayurveda-Padartha

C01 (R)

- (4) Prakriti-Nikasha

C24 (R)

Ayurveda - Nivel 02

pag. 10

- (5) Vela-Chakra

C03 (R)



Resurse educaționale

Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

3

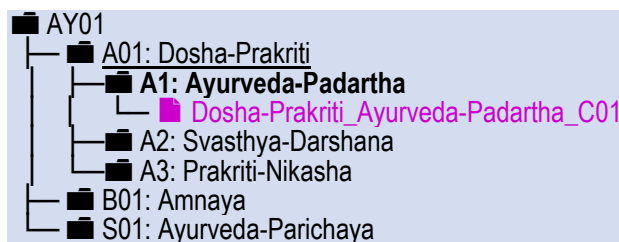
Un curs revizuit din secțiunea Dosha-Prakriti, capitolul Ayurveda-Padartha despre actualitatea Ayurvedei și starea de armonie



Cursul 1 prezintă actualitatea Ayurvedei, armonia ca reper al sănătății și raporturile istorice și conceptuale cu dezvoltarea medicinei.

Cursul 1 face parte din nivelul 1 (AY01), secțiunea Dosha-Prakriti (A01), capitolul Ayurveda-Padartha (A1), disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, cod: **AY01-A01-A1-C01**.

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



Actualitatea Ayurvedei și starea de armonie

Cursul 1 introduce actualitatea sistemului tradițional Ayurveda, principiile sale universale și perspectiva holistică asupra vieții, sănătății și ființei umane. Starea de armonie (sampada) este prezentată drept reper central al evaluării ayurvedice și fundament al sănătății depline.

Cunoașterea constituției naturale (prakriti) sprijină discernerea tendințelor firești și aplicarea responsabilă a mijloacelor de echilibrare.

Cursul prezintă originea tradiției ayurvedice, principalele tratate și contribuția înțelepților care au transmis această cunoaștere. Se face referire, de asemenea, la continuitatea istorică și conceptuală dintre Ayurveda, gândirea hipocratică și dezvoltarea medicinei, evidențiind posibilitățile unei cercetări interdisciplinare constructive în domeniul sănătății umane.

Denumire: Dosha-Prakriti_Ayurveda-Padartha_C01

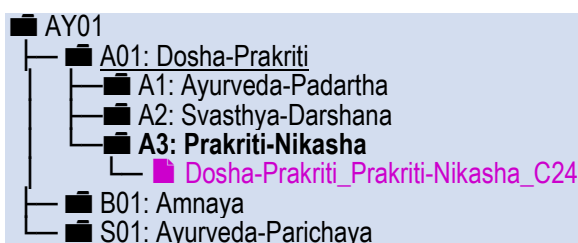


4 Un curs revizuit din secțiunea Dosha-Prakriti, capitolul Prakriti-Nikasha despre respirația specifică celor trei tipologii constituționale

Cursul 24 prezintă particularitățile constituționale ale respirației și rolul practicii conștiente în echilibrarea tendințelor vata, pitta și kapha.

Cursul 24 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-C24**.

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



Respirația ca reper constituțional și mijloc de armonizare

Cursul 24 continuă examinarea constituțională prin analiza respirației și a raportului acesteia cu predominanțele vata, pitta și kapha.

Respirația abdominală, toracică și claviculară este corelată cu ritmul vorbirii, dinamismul vital și reacțiile la situații neprevăzute.

Sunt descrise particularitățile tipologice ale ciclului respirator: relativa simetrie specifică lui kapha, formele intense asociate lui pitta și variabilitatea caracteristică lui vata.

Intervenția conștientă asupra respirației poate echilibra anumite tendințe constituționale. Sunt prezentate mecanismele fiziologice ale respirației, controlul automat și voluntar, rolul diafragmei și efectele respirației lente.

Practica respirației conștiente (pranayama) susține relaxarea, conștientizarea raportului dintre stările lăuntrice și funcționarea trupească, reglarea stresului și dezvoltarea unei respirații nazale, line, profunde, uniforme și echilibrate.

Denumire: Dosha-Prakriti_Prakriti-Nikasha_C24

Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

5 Un curs revizuit din secțiunea Svasthavritta, capitolul Vela-Chakra despre adaptarea sezonieră în practica ayurvedică

Cursul 3 prezintă adaptarea alimentației, activității și practicilor de îngrijire la particularitățile anotimpurilor kapha, pitta și vata.

Cursul 3 face parte din nivelul 2 (AY02) de studiu, secțiunea principală Svasthavritta (A02), capitolul Vela-Chakra (A5), fiind disponibil atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil, având codul: **AY02-A02-A5-C03**.

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



Adaptarea modului de viață la cele trei anotimpuri ayurvedice

Cursul 3 prezintă recomandările pentru menținerea echilibrului în trei perioade ale anului.

În perioada vata sunt indicate hrana caldă, consistentă și onctuoasă, protejarea față de frig și vânt, masajul cu ulei și susținerea focului digestiv.

Primăvara, predominanța kapha solicită alimente simple, ușoare, condimente, mișcare matinală și procedee de purificare adecvate.

În anotimpul pitta sunt recomandate fructele proaspete, alimentele răcoroase, gusturile amar și astringent, relaxarea și reducerea efortului intens la amiază.

Adaptarea sezonieră urmărește compensarea calităților predominante din mediul natural, fiind întotdeauna raportată la constituția ayurvedică.

Denumire: Svasthavritta_Vela-Chakra_C03

Acces: ayushcell.ro/suport_scris