Ayurveda Agenda

44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026

buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda

ISSN: 3120 – 0893





Plantheonia

1 Revista digitală educațională de plante medicinale Plantheonia – noiembrie 2026

Noul număr din noiembrie 2026 explorează douăsprezece proprietăți speciale ale plantelor medicinale, aducând în prim-plan procesele de refacere tisulară, adaptare funcțională, protecție metabolică și reglare neurovegetativă, prin corelarea tradiției cu cercetările moderne.

O nouă ediție dedicată unor proprietăți vegetale mai puțin cunoscute

Uneori, o plantă foarte cunoscută poate deveni subiectul unei explorări cu totul noi atunci când atenția este orientată către o parte vegetală mai puțin utilizată sau către o proprietate care nu se regăsește printre întrebuințările sale obișnuite.

Tocmai această posibilitate de redescoperire constituie una dintre caracteristicile noului număr al Revistei digitale educaționale de plante medicinale Plantheonia - noiembrie 2026.

Cele douăsprezece prezentări video ale acestei ediții aduc în atenție un ansamblu de proprietăți care evidențiază diversitatea funcțională a resurselor vegetale. Unele plante sunt analizate pentru acțiunile lor antimicrobiene sau antiinfecțioase, altele pentru proprietățile de reglare nervoasă, de susținere a funcției musculare, de refacere a țesuturilor sau de influențare a metabolismului. Sunt abordate și direcții mai puțin obișnuite, precum adaptarea funcției vizuale la condiții de iluminare redusă, facilitarea proceselor de eliminare a calculilor urinari sau influențarea metabolismului acidului uric.

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

O particularitate a acestei ediții este interesul pentru relația dintre proprietatea reprezentativă a plantei și mecanismele prin care aceasta ar putea contribui la adaptarea, protecția sau refacerea funcțională a organismului. În acest sens, numărul din noiembrie propune o explorare care depășește simpla enumerare a utilizărilor tradiționale și urmărește identificarea unor conexiuni între compoziția vegetală, procesele biologice și rezultatele cercetărilor contemporane.

Această orientare se regăsește în întreaga metodologie a proiectului Plantheonia. Fiecare prezentare pornește de la identificarea botanică a plantei, precizarea părții analizate și alegerea unei proprietăți reprezentative.

Documentarea continuă prin examinarea constituenților fitochimici relevanți, a mecanismelor biologice posibile, a utilizărilor etnobotanice și a cercetărilor experimentale sau clinice disponibile. Rezultatul este o resursă educațională structurată, în care fiecare proprietate poate fi înțeleasă prin raportare la nivelul documentării existente.

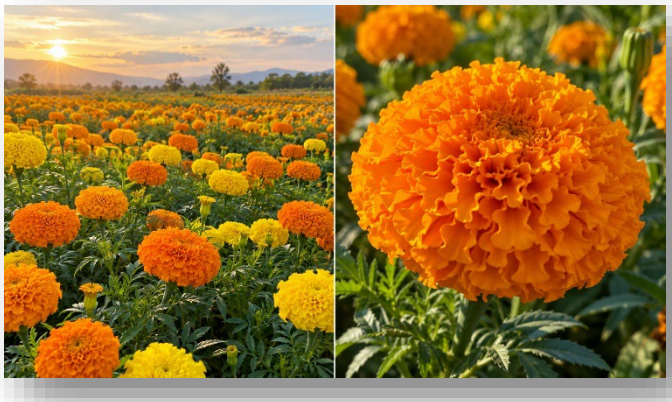
Douăsprezece plante și douăsprezece direcții distincte de explorare

Ediția din noiembrie 2026 cuprinde **cimbrișorul** (*Thymus serpyllum*), analizat prin partea aeriană pentru proprietățile antimicrobiene, **crăițele înalte** (*Tagetes erecta*), prin flori pentru proprietatea adaptogenă vizuală nocturnă, **dudul** (*Morus alba*), prin frunze pentru acțiunea tisuloconstructoare, **gutuiul** (*Cydonia oblonga*), prin frunze pentru efectul reconfortant, **iarba Sfântului Ion** (*Salvia sclarea*), prin frunze pentru proprietățile antimicrobiene, **linarița** (*Linaria vulgaris*), prin partea aeriană pentru acțiunea dezobstruantă limfatică, **lujerica** (*Hypericum maculatum*), prin partea aeriană pentru proprietatea neuroreglatoare, **năvalnicul** (*Asplenium scolopendrium*), prin frunze pentru efectul miotonic, **părul** (*Pyrus communis*), prin frunze pentru proprietatea urolitolitică, **pătlagina îngustă** (*Plantago lanceolata*), prin frunze pentru acțiunea emolientă respiratorie, **salcia** (*Salix alba*), prin amenți, pentru proprietatea antihiperuricemică, și **târsaca** (*Bromus inermis*), prin partea aeriană pentru acțiunea antiinfecțioasă.

Selecția din acest număr al revistei evidențiază o diversitate remarcabilă de proprietăți. Unele dintre acestea sunt asociate unor plante consacrate în fitoterapia europeană, în timp ce altele sunt investigate în legătură cu părți vegetale sau mecanisme biologice mai puțin cunoscute. Această diferențiere oferă posibilitatea extinderii studiului dincolo de utilizările obișnuite și stimulează interesul pentru investigarea unor direcții noi.

Adaptarea vizuală și procesele de reglare funcțională

Un exemplu reprezentativ pentru specificul acestei ediții îl constituie prezentarea dedicată **crăițelor înalte** (*Tagetes erecta*), analizate prin flori pentru proprietatea de adaptogen vizual nocturn.



Această tematică permite explorarea relației dintre pigmenții carotenoidici ai plantei, în special luteina și zeaxantina, și funcționarea aparatului vizual.

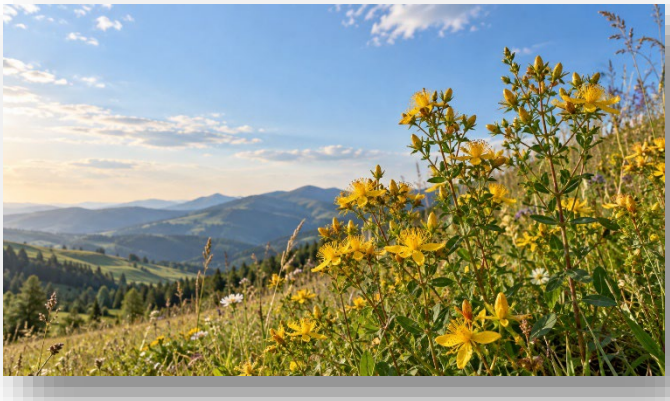
Cei doi compuși participă la constituirea pigmentului macular și sunt investigați pentru rolul lor în protecția retiniană, filtrarea luminii și susținerea unor parametri ai performanței vizuale.

Interesul acestei prezentări constă în examinarea unei proprietăți care poate avea relevanță pentru persoanele ale căror activități presupun solicitarea vederii în condiții de iluminare redusă.

Cercetările asupra carotenoidelor maculare oferă repere pentru înțelegerea protecției vizuale și a unor aspecte ale adaptării funcționale, însă îmbunătățirea propriu-zisă a vederii nocturne necesită o evaluare distinctă, în funcție de rezultatele studiilor disponibile.

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Prin această abordare, crăițele înalte nu mai sunt privite numai ca plante ornamentale sau ca surse de pigmenți naturali, ci și ca resurse vegetale relevante pentru cercetarea unor procese vizuale specializate.



O altă direcție interesantă este reprezentată de **lujerică** (*Hypericum maculatum*), analizată prin partea aeriană pentru proprietatea neuroreglatoare. Apartenența sa la genul *Hypericum* permite examinarea unor caracteristici fitochimice și biologice comune cu alte specii ale genului, dar și identificarea particularităților plantei. În acest context, proprietatea neuroreglatoare poate fi explorată prin raportare la procesele implicate în echilibrul funcțional al sistemului nervos, la mecanismele neurochimice și la influența unor constituenți vegetali asupra răspunsurilor organismului la solicitări.

Refacerea țesuturilor și susținerea funcției musculare

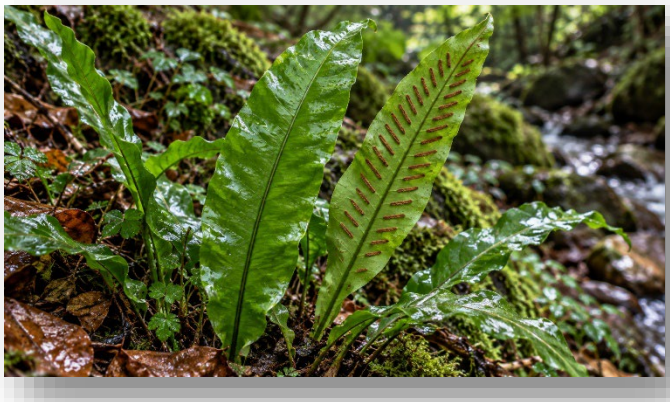
Numărul din noiembrie acordă atenție și unor proprietăți care privesc integritatea structurală și funcțională a organismului.

Dudul, analizat prin frunze pentru acțiunea tisuloconstructoare, oferă posibilitatea investigării relației dintre compoziția vegetală și procesele implicate în menținerea și refacerea structurilor tisulare. Această direcție presupune examinarea contribuției diferitelor categorii de constituenți, inclusiv compuși fenolici și alte substanțe biologic active, la mecanismele celulare asociate protecției și metabolismului țesuturilor. Proprietatea tisuloconstructoare trebuie diferențiată de simpla protecție celulară sau de acțiunea antioxidantă.



Această proprietate presupune o orientare către procesele care participă efectiv la constituirea, întreținerea sau refacerea structurilor biologice. Tocmai această delimitare oferă un cadru util pentru analiza cercetărilor disponibile.

O perspectivă complementară este prezentată în materialul dedicat **năvalnicului** (*Asplenium scolopendrium*), ale cărui frunze sunt analizate pentru proprietatea miotonică.

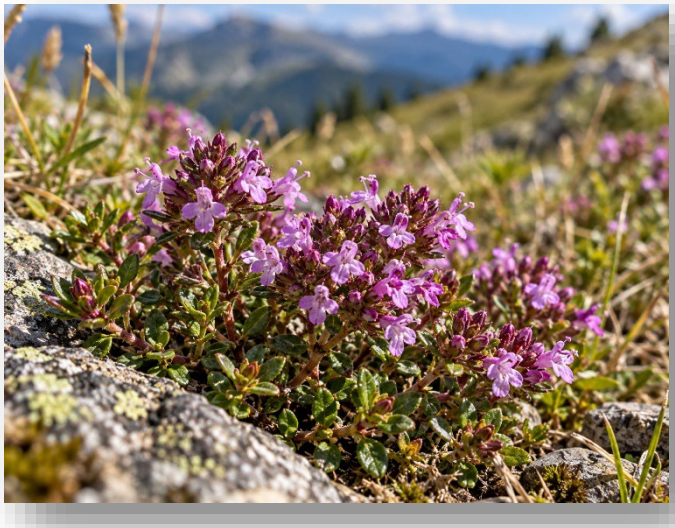


Termenul desemnează o orientare către susținerea tonusului muscular, care trebuie înțeleasă distinct de stimularea contracției musculare, creșterea forței sau efectul antispastic. Această diferențiere terminologică este importantă deoarece permite investigarea mai precisă a mecanismelor prin care o resursă vegetală ar putea influența funcționarea musculaturii. În cazul năvalnicului, prezentarea oferă ocazia explorării unei specii de ferigă dintr-o perspectivă mai puțin obișnuită, extinzând interesul documentar către plante care nu ocupă un loc central în fitoterapia contemporană.

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Protecția respiratorie, activitatea antimicrobiană și reglarea metabolică

Un alt grup de prezentări este orientat către proprietăți cu relevanță pentru protecția organismului și menținerea echilibrului funcțional.



Cimbrișorul (*Thymus serpyllum*), analizat prin partea aeriană, reprezintă un exemplu de plantă aromatică ale cărei proprietăți antimicrobiene pot fi investigate prin raportare la compoziția uleiului volatil și la activitatea unor constituenți precum timolul și carvacrolul. Cercetările experimentale asupra acestor compuși permit înțelegerea unor mecanisme prin care pot fi influențate membranele și funcțiile celulare ale microorganismelor.



Pătlagina îngustă (*Plantago lanceolata*), prezentată prin frunze pentru proprietatea emolientă respiratorie, oferă o perspectivă diferită asupra protecției căilor respiratorii.

Compușii mucilaginoși și alte categorii de substanțe vegetale pot fi analizați în relație cu protecția mucoaselor și diminuarea iritației locale. În acest caz, interesul se concentrează asupra mecanismelor de protecție și confort respirator, distincte de acțiunea antimicrobiană propriu-zisă.



Prezentările dedicate plantelor **iarba Sfântului Ion** și **târsacă** completează această direcție prin explorarea proprietăților antimicrobiene și antiinfecțioase.



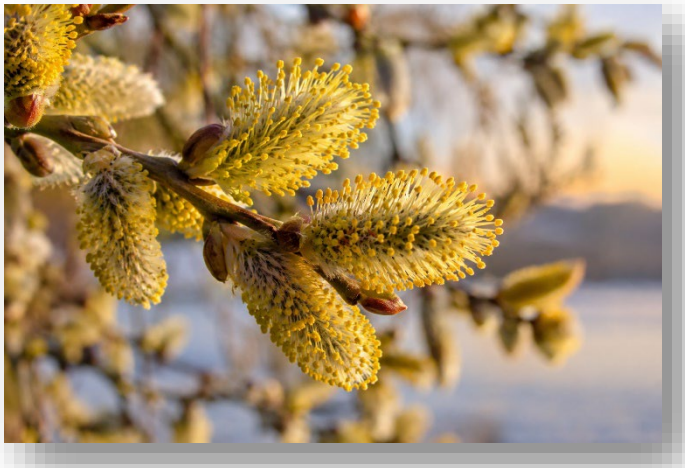
Diferențierea acestor două categorii funcționale este importantă: activitatea antimicrobiană poate fi investigată direct asupra microorganismelor, în timp ce o acțiune antiinfecțioasă presupune analiza unui ansamblu mai complex de procese biologice, inclusiv răspunsurile organismului.

În sfera metabolismului și a funcției urinare se înscriu prezentările dedicate **părului** (*Pyrus communis*), analizat prin frunze pentru proprietatea urolitolitică, și **salciei** (*Salix alba*), investigată prin amenți pentru acțiunea antihiperuricemică.

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893



Aceste două tematici oferă posibilitatea aprofundării unor procese diferite, dar care pot avea anumite conexiuni metabolice. Proprietatea urolitolitică privește influențarea calculilor urinari și a proceselor implicate în formarea sau modificarea acestora, în timp ce acțiunea antihiperuricemică urmărește diminuarea concentrației acidului uric. Cele două proprietăți necesită mecanisme de documentare distincte și nu pot fi considerate echivalente.



Valoarea educațională a unor proprietăți mai puțin obișnuite

Un aspect specific al ediției din noiembrie este prezența unor termeni funcționali mai rar utilizați în prezentările generale despre plantele medicinale: adaptogen vizual nocturn, tisuloconstructor, neuroreglator, miotonic, dezobstruant limfatic, urolitolitic sau antihiperuricemic. Acești termeni oferă repere pentru aprofundarea unor procese biologice specifice. Ei solicită însă și o definire atentă, astfel încât cititorul să poată înțelege ce anume desemnează fiecare proprietate.

De asemenea, sunt evidențiate de fiecare dată mecanismele care ar putea fi implicate și în ce măsură sunt susținute de cercetările disponibile.

În acest sens, prezentările din seria Plantheonia contribuie la dezvoltarea unui vocabular fitoterapeutic diferențiat, în care proprietățile sunt analizate atent în raport cu funcțiile și mecanismele biologice implicate.

O altă caracteristică importantă este interesul pentru părțile vegetale mai puțin investigate. Frunzele de gutui, dud și păr, amenții de salcie sau frunzele de năvalnic reprezintă exemple ale modului în care o specie cunoscută poate deveni subiectul unor cercetări diferite de cele consacrate părților sale utilizate obișnuit.

Această orientare este relevantă pentru farmacognozie, deoarece diferitele organe vegetale pot avea compoziții fitochimice distincte.



Plantheonia – o colecție educațională aflată în continuă dezvoltare

Prin apariția numărului din noiembrie 2026, Revista digitală educațională de plante medicinale Plantheonia își extinde colecția de prezentări video și continuă construirea unei resurse documentare organizate după principii unitare.

Valoarea proiectului Plantheonia rezultă nu numai din informațiile oferite de fiecare prezentare, ci și din posibilitatea de a realiza conexiuni între materialele publicate în ediții diferite. O proprietate investigată într-un anumit număr poate fi comparată cu aceeași proprietate prezentată la alte plante, iar o specie poate fi reexaminată ulterior printr-o altă parte vegetală sau printr-o altă direcție funcțională.

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Colecția se dezvoltă ca o rețea de informații care favorizează studiul comparativ, identificarea unor mecanisme comune și aprofundarea particularităților fiecărei resurse vegetale.

Un avantaj suplimentar este oferit de funcția *„Alege-ți propriul pachet de plante”*, disponibilă pe platforma Ayush Cell România. Aceasta permite selectarea a minimum douăsprezece prezentări video din întreaga colecție, indiferent de luna publicării, pentru alcătuirea unei ediții personalizate.

Utilizatorii pot construi astfel pachete dedicate plantelor neuroreglatoare, proprietăților antimicrobiene, funcției respiratorii, metabolismului sau altor direcții de interes. Fiecare prezentare selectată are costul de 1 leu, iar pachetul personalizat este disponibil pentru vizionare timp de douăsprezece zile.

Această flexibilitate contribuie la transformarea revistei dintr-o succesiune de ediții lunare într-un instrument educațional care poate fi explorat după criterii multiple, în funcție de obiectivele și preocupările fiecărui utilizator.

Numărul din noiembrie 2026 adaugă astfel colecției douăsprezece noi prezentări și, mai ales, douăsprezece perspective asupra unor proprietăți vegetale distincte. Diversitatea tematicilor, interesul pentru părți vegetale mai puțin cunoscute și corelarea informațiilor tradiționale cu cercetarea contemporană contribuie la consolidarea unei metode de studiu care pune în valoare precizia documentară, înțelegerea mecanismelor și explorarea continuă a resurselor vegetale.

Revista digitală Plantheonia își afirmă astfel caracterul de proiect educațional deschis, în care fiecare nouă prezentare completează cunoașterea existentă și creează posibilitatea unor noi asocieri, comparații și direcții de aprofundare.

Accesarea prezentărilor video este integrată în infrastructura platformei Ayush Cell România și presupune autentificarea în cont. Colecția poate fi consultată prin edițiile lunare sau prin funcția de selecție personalizată, oferind fiecărui utilizator posibilitatea organizării propriului parcurs de studiu.

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

Cuprins

2 Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 44

Cuprinsul revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 44 include referințele numerice ale articolelor incluse în cadrul diferitelor rubrici și precizări despre capitolele resurselor educaționale ale fiecărui nivel de studiu inclus.

Plantheonia — *pag. 01-06*

(1) Revista digitală educațională de plante medicinale Plantheonia – noiembrie 2026

Cuprins — *pag. 06*

(2) Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 44

Resurse educaționale — *pag. 07-10*

Ayurveda - Nivel 01 — *pag. 07*

(3) Ayurveda-Padartha — C07 (R)

Ayurveda - Nivel 02 — *pag. 07-08*

(4) Dosha-Vaisamya — C01 (R)

(5) Vela-Chakra — C05 (R)

Ayurveda - Nivel 03 — *pag. 08-09*

(6) Virya — C01 (A)

(7) Vimshati-Guna — C04 (A)

Ayurveda - Nivel 07 — *pag. 09*

(8) Cetas-Pravritti — C09 (N)

Ayurveda - Nivel 22 — *pag. 10*

(9) Varnasvariya — C05 (R)

Ayurveda - Nivel 25 — *pag. 10*

(10) Purusha-Vichaya — C03&C04(A)

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Resurse educaționale

Ayurveda - Nivelul 1 de studiu - AY01

3 Un curs revizuit din secțiunea Dosha-Prakriti, capitolul Ayurveda-Padartha despre criteriile dinamicii exterioare și interioare

Cursul 7 prezintă manifestările exterioare și interioare ale constituției dinamice și particularitățile celor trei produși reziduali principali pentru vata, pitta și kapha.

Cursul 7 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-C07**.

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

- AY01
  - A01: Dosha-Prakriti
    - **A1: Ayurveda-Padartha**
      - Dosha-Prakriti_Ayurveda-Padartha_C07
    - A2: Svasthya-Darshana
    - A3: Prakriti-Nikasha

Manifestările exterioare și interioare ale constituției dinamice

Cursul 7 analizează criteriile constituționale prin care dinamica exterioară și interioară poate fi diferențiată pentru vata, pitta și kapha.

Sunt prezentate activitatea fizică, mișcările trupului, mersul, mimica, gesturile, vitalitatea, forța, rezistența și natura sexuală. Se continuă cu temperatura trupească, focul digestiv, asimilarea, apetitul, setea și preferințele alimentare naturale.

Cursul descrie particularitățile constituționale ale transpirației, urinei și materiilor fecale, desemnate drept produși reziduali principali. Compararea acestor manifestări oferă repere utile pentru observarea constituției dinamice.

Este recomandată corelarea mai multor indicii și diferențierea caracteristicilor stabile de modificările temporare determinate de context.

Denumire: Dosha-Prakriti_Ayurveda-Padartha_C07

Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

4 Un curs revizuit din secțiunea Svasthavritta, capitolul Dosha-Vaisamya despre echilibrul dosha-urilor și indiciile dezechilibrului

Cursul 1 prezintă starea de echilibru a dosha-urilor, formele principale ale dezechilibrului și valoarea practică a indiciilor care permit anticiparea tendințelor perturbatoare.

Cursul 1 face parte din nivelul 2 (**AY02**) de studiu, secțiunea principală Svasthavritta (**A02**), capitolul Dosha-Vaisamya (**A2**), fiind disponibil atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil, având codul: **AY02-A02-A2-C01**.

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

- AY02
  - A02: Svasthavritta
    - A1: Tridosha-Guna
    - **A2: Dosha-Vaisamya**
      - Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C01

Indiciile dezechilibrului și valoarea lor preventivă

Cursul 1 introduce studiul indiciilor care semnalează tendințele către dezechilibru ale dosha-urilor și evidențiază valoarea lor preventivă. Starea de echilibru, dosha-samya, este o manifestare firească, stabilă și armonioasă, care poate fi menținută prin conștientizare și printr-un mod de viață adecvat.

Sunt diferențiate creșterea, vriddhi, și diminuarea, kshaya, precum și relațiile calitative dintre dosha-uri și calitățile lor complementare.

Evaluarea urmărește efectele manifestate simultan asupra trupului și conștiinței, pornind de la funcțiile mișcării, transformării și structurării.

Cunoașterea constituției permite anticiparea predispozițiilor. Este subliniată distincția între interpretarea limitatoare a tipului constituțional și folosirea înțeleaptă, constructivă și eliberatoare a cunoașterii propriilor tendințe ca instrument practic pentru menținerea echilibrului.

Denumire: Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C01

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

5 Un curs revizuit din secțiunea Svasthavritta, capitolul Vela-Chakra despre ciclurile anuale și ritmul ayurvedic al zilei

Cursul 5 prezintă perioadele anuale adana și visarga, cele șase anotimpuri ayurvedice și integrarea activităților dimineții în ritmul zilnic.

Cursul 5 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-C05**.

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

- AY02
  - A02: Svasthavritta
    - A1: Tridosha-Guna
    - A2: Dosha-Vaisamya
    - A3: Dosha-Samya
    - A4: Dosha-Sambandha
    - **A5: Vela-Chakra**
      - Svasthavritta_Vela-Chakra_C05

Ciclurile anuale și integrarea activităților în ritmul zilnic

Cursul 5 prezintă împărțirea ayurvedică a anului în adana și visarga, perioade asociate deplasării aparente către nord și către sud a Soarelui.

Adana cuprinde anotimpurile shishira, vasanta și grishma, fiind caracterizată prin intensificarea influenței solare, uscăciune și diminuarea treptată a puterii vitale.

Visarga reunește varsha, sharada și hemanta, perioadă în care influența lunară, umezeala și refacerea vitală devin predominante.

Sunt formulate recomandări pentru începutul, mijlocul și finalul fiecărei jumătăți anuale.

Cursul 5 prezintă ritmul zilnic al dosha-urilor, practicile dinacharya și ratricharya și activitățile recomandate dimineața, în intervalul diurn de predominanță kapha, pentru o integrare armonioasă în ciclurile naturale.

Denumire: Svasthavritta_Vela-Chakra_C05

Ayurveda - Nivelul 3 de studiu - AY03

6 Un curs actualizat din secțiunea Dravyaguna, capitolul Virya despre puterea activă a substanțelor naturale

Cursul 1 definește puterea activă, virya, și prezintă relația acesteia cu acțiunile, gustul, dozarea, efectele încălzitoare sau răcoritoare și principiile Agni și Soma.

Cursul 1 face parte din nivelul 3 (**AY03**), secțiunea Dravyaguna (**A03**), capitolul Virya (**A3**), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul **AY03-A03-A3-C01**.

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

- AY03
  - A03: Dravyaguna
    - A1: Dravya
    - A2: Rasa
    - **A3: Virya**
      - Dravyaguna_Virya_C01
    - A4: Vipaka
    - A5: Vimshati-Guna

Puterea activă transformă potențialul substanței în efect manifestat

Cursul 1 introduce conceptul ayurvedic de putere activă, virya, prin care este descrisă capacitatea intrinsecă a unei substanțe naturale de a produce transformări. Cursul diferențiază puterea latentă de acțiunea terapeutică manifestată și arată necesitatea adecvării dozei la situația concretă.

Sunt prezentate definiții din Charaka-Samhita și Sushruta-Samhita, precum și relațiile dintre gust, calitățile generale și efectele încălzitoare sau răcoritoare ale plantelor. Exemplele dedicate ghimbirului, neemului și plantelor amare evidențiază aplicarea practică a acestor criterii.

Cursul 1 prezintă clasificarea fundamentală în ushna-virya și shita-virya și explică raportarea lor la principiile universale complementare Agni și Soma, asociate transformării și susținerii existenței, în cadrul viziunii tradiționale ayurvedice despre substanță, energie și echilibru.

Denumire: Dravyaguna_Virya_C01

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Ayurveda - Nivelul 3 de studiu - AY03

7 Un curs actualizat din secțiunea Dravyaguna, capitolul Vimshati-Guna despre manifestările psiho-mentale ale calității de ușor

Cursul 4 prezintă manifestările armonioase și excesive ale calității generale de ușor și necesitatea echilibrării sale prin stabilitate.

Cursul 4 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-C04**.

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

- AY03
  - A03: Dravyaguna
    - A1: Dravya
    - A2: Rasa
    - A3: Virya
    - A4: Vipaka
    - **A5: Vimshati-Guna**
      - Dravyaguna_Vimshati-Guna_C04

Ușurința armonioasă susține libertatea, iar excesul conduce la instabilitate

Cursul 4 aprofundează manifestarea psihomentală și spirituală a calității generale de ușor (laghu-guna). În forma sa armonioasă, aceasta susține libertatea interioară, spontaneitatea, detașarea, flexibilitatea gândirii și depășirea obișnuințelor limitatoare.

Cursul evidențiază rolul calității generale de ușor (laghu-guna) în sublimarea energiilor, cultivarea aspirației spirituale, interiorizarea și accesul la stări meditative profunde.

Sunt analizate și manifestările excesive ale acestei calități: inconsecvența, superficialitatea, instabilitatea, libertinismul și dificultatea de a concretiza cunoștințele dobândite.

Echilibrarea raportului guru-laghu permite îmbinarea deschiderii către nou cu stabilitatea, responsabilitatea și puterea de finalizare, susținând o transformare conștientă.

Denumire: Dravyaguna_Vimshati-Guna_C04

Ayurveda - Nivelul 7 de studiu - AY07

8 Un curs nou din secțiunea Pravritti-Jnana, capitolul Cetas-Pravritti despre regimurile operaționale ale conștiinței instrumentale

Cursul 9 prezintă explorarea, planificarea și execuția ca regimuri operaționale ale conștiinței instrumentale și aprofundează participarea lui manas, buddhi și citta la dinamica exploratorie.

Cursul 9 face parte din nivelul 7 (**AY07**), secțiunea Pravritti-Jnana (**A07**), capitolul Cetas-Pravritti (**A1**), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY07-A07-A1-C09**.

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

- AY07
  - A07: Pravritti-Jnana
    - **A1: Cetas-Pravritti**
      - Pravritti-Jnana_Cetas-Pravritti_C09

Mobilitatea funcțională permite trecerea armonioasă de la explorare la acțiune

Cursul 9 prezintă explorarea, planificarea și execuția ca trei regimuri operaționale complementare ale conștiinței instrumentale.

Fiecare regim mobilizează în mod specific receptivitatea lui manas, discernământul lui buddhi și experiențele acumulate în citta.

Explorarea este asociată predominanței funcționale a lui vata, planificareaeste asociată capacității organizatoare a lui pitta, iar execuția stabilității și continuității lui kapha. Fixarea asupra unui singur regim funcțional poate conduce la explorare fără finalitate, planificare excesivă sau execuție rigidă. Mobilitatea sattvică permite trecerea armonioasă între aceste configurații.

Cursul prezintă regimul exploratoriu prin rolurile sistemelor mano-vaha-srota, buddhi-vaha-srota și citta-vaha-srota și analizează influențele lui sattva, rajas și tamas asupra receptivității, clarității, mobilității și capacității de integrare a informațiilor noi în experiența conștientă a ființei umane și în orientarea adecvată a acțiunii.

Denumire: Pravritti-Jnana_Cetas-Pravritti_C09

Ayurveda Agenda
44 / 2026
03 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Ayurveda - Nivelul 22 de studiu – AY22

9 Un curs revizuit din secțiunea Indriya-Sthana, capitolul Varnasvariya, despre indicatorii transformărilor existențiale majore

Cursul 5 prezintă modificările comportamentului, memoriei, înfățișării și necesităților naturale ca factori examinați contextual în apropierea unui moment existențial major.

Cursul 5 face parte din nivelul 22 (**AY22**), secțiunea Indriya-Sthana (**A22**), capitolul Varnasvariya (**A1**), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul **AY22-A22-A1-C05**.

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

AY22
└ A22: Indriya-Sthana
└ **A1: Varnasvariya**
└ Indriya-Sthana_Varnasvariya_C05

Modificările ființei dobândesc semnificație prin examinarea lor corelată

Cursul 5 continuă prezentarea factorilor examinați în Indriya-Sthana pentru recunoașterea apropierii unui moment existențial major. Sunt analizate starea gândurilor, natura dorințelor, puritatea interioară, comportamentul fundamental și manifestările circumstanțiale, memoria, înfățișarea și natura proprie. Modificările acestora sunt interpretate prin raportare la istoricul ființei și la contrastul dintre manifestările obișnuite și cele apărute într-un context transformator.

Prezentarea acordă atenție specială reorganizării memoriei, schimbării priorităților, reactualizării experiențelor și modificării necesităților naturale, precum somnul, foamea și setea.

Este evidențiat specificul metodologic al examinării Indriya-Sthana, care solicită instrumente adaptate situațiilor excepționale, observație atentă și interpretarea corelată a mai multor indicii, fără desprinderea lor de ansamblul ființei și de circumstanțele concrete, într-o perspectivă integratoare și nuanțată.

Denumire: Indriya-Sthana_Varnasvariya_C05

Ayurveda - Nivelul 25 de studiu – AY25

10 Două cursuri actualizate din secțiunea Sharirastha-Jiva, capitolul Purusha-Vichaya despre corespondența ființă-Univers

Cursurile 3 și 4 prezintă fundamentul și valoarea practică a corespondenței dintre microcosmos și Macrocosmos, evidențiind rolul alegerilor, convingerilor și integrării spirituale.

Cursurile 3 și 4 fac parte din nivelul 25 (**AY25**), secțiunea Sharirastha-Jiva (**A25**), capitolul Purusha-Vichaya (**A4**), fiind disponibile atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil. Coduri: **AY25-A25-A4-C03** și **AY25-A25-A4-C04**.

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

AY25
└ A25: Sharirastha-Jiva
└ **A4: Purusha-Vichaya**
└ Sharirastha-Jiva_Purusha-Vichaya_C03&C04

Corespondența dintre microcosmos și Macrocosmos orientează transformarea

Cursurile 3 și 4 aprofundează Legea corespondenței dintre microcosmosul uman și Macrocosmos, pornind de la explicațiile oferite de marele înțelept Atreya lui Agnivesha.

Cursul 3 încheie prezentarea relațiilor tradiționale de corespondență și evidențiază rolul deducției și al receptivității față de modelele universale.

Cursul 4 urmărește valoarea practică a acestei cunoașteri, arătând cum alegerile, convingerile și orientarea interioară pot susține sau perturba reflectarea armoniei macrocosmice în ființă.

Sunt analizate relațiile dintre ego, cauzalitate, suferință, vindecare și responsabilitate personală. Refacerea acordului cu modelele arhetipale este prezentată ca principiu al transformării lăuntrice.

Păstrarea unei viziuni unificatoare este un reper pentru starea de integrare spirituală.

Denumire: Sharirastha-Jiva_Purusha-Vichaya_C03&C04

Acces: *ayushcell.ro/suport_scris*