Ayurveda Agenda

45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026

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

ISSN: 3120 – 0893





Evenimente

1 Tabăra de Ayurveda 2026, etapa de toamnă – partea 1 în 26, 27, 28 și 29 noiembrie 2026 și partea 2 în 11, 12 și 13 decembrie 2026

Două teme de aprofundare a cunoașterii tradiționale ayurvedice: Navadha-Nirmanakara și Bheshaja-Siddhanta-Chatushtaya

Etapa de toamnă a Taberei de Ayurveda 2026 propune aprofundarea a două teme fundamentale ale cunoașterii tradiționale ayurvedice, consacrate înțelegerii proceselor universale de transformare și principiilor operative ale vindecării din Ayurveda.

Prima parte a taberei de Ayurveda etapa de toamnă va fi dedicată sistemului Navadha-Nirmanakara, care descrie cele nouă categorii de factori modulatori ai substanței universale.

Cea de-a doua parte va aborda sistemul Bheshaja-Siddhanta-Chatushtaya, ansamblul celor patru principii fundamentale ale vindecării din Ayurveda.

Cele două teme oferă perspective distincte și complementare asupra modului în care pot fi cunoscute, înțelese și utilizate conștient resursele transformatoare ale existenței, în vederea menținerii sănătății, a restabilirii echilibrului și a dezvoltării armonioase a ființei umane.

Însușirea acestor sisteme ezoterice favorizează o observație mai precisă a proceselor vieții, dezvoltă discernământul în alegerea mijloacelor de armonizare și permite corelarea transformărilor trupești și subtile într-o viziune unificatoare, coerentă și profundă, aplicabilă experienței cotidiene și practicii ayurvedice integratoare.

Ayurveda Agenda

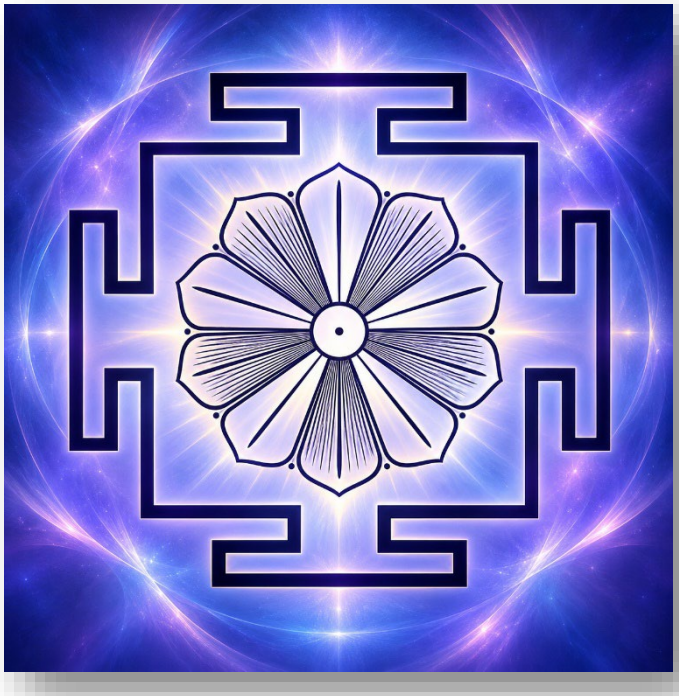
45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026

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

ISSN: 3120 – 0893

Navadha-Nirmanakara – Cele nouă categorii de factori modulatori ai substanței universale: 26–29 noiembrie 2026

Prima parte a Taberei de Ayurveda va aborda cunoașterea celor nouă categorii de factori modulatori ai substanței universale (*Navadha-Nirmanakara*), tematică ce aparține tradiției ezoterice ayurvedice și care este asociată învățăturilor marelui înțelept vedic Angira.



Această perspectivă evidențiază faptul că întreaga existență manifestată este caracterizată de un dinamism transformator permanent, întreținut prin acțiunea principiului universal transformator (*Agni*).

Cele nouă categorii de factori modulatori (*nirmanakara*) reprezintă modalități distincte prin care acest principiu transformator acționează asupra celor nouă categorii fundamentale ale substanței universale (*maha-dravya*).

Primele cinci categorii corespund elementelor fundamentale ale manifestării: pământul (*prithivi*), apa (*apas*), focul (*tejas*), aerul (*vayu*) și eterul (*akasha*). Acestora li se adaugă patru categorii subtile, care prezintă o importanță deosebită pentru înțelegerea experienței umane: conștiința instrumentală (*manas*), spațiul (*dis*), timpul (*kala*) și conștiința trans-instrumentală (*cit*).

Un aspect important al acestei cunoașteri constă în posibilitatea de a recunoaște acțiunea factorilor modulatori (*nirmanakara*) atât în procesele trupești și metabolice, cât și în domeniul experiențelor senzoriale, al integrării spațiale și temporale, precum și în procesele de transformare lăuntrică a conștiinței personale a ființei.

Astfel, capacitatea ființei umane de a organiza și integra informațiile perceptibile poate fi analizată prin prisma factorului modulator instrumental *manas-nirmanakara*.

Relația cu spațiul, adaptarea la schimbările de mediu și constituirea în spațiul conștiinței personale a reprezentărilor spațiale pot fi examinate prin raportare la *dis-nirmanakara*.

Modul în care ființa umană experimentează curgerea timpului și integrează experiențele temporale poate fi explorat prin intermediul cunoașterii *kala-nirmanakara*.

La un nivel mai profund, factorul modulator al conștiinței trans-instrumentale (*cit-nirmanakara*) oferă o perspectivă asupra proceselor de obiectivare, asupra discernământului moral și asupra capacității ființei umane de a realiza transformări lăuntrice conștiente.

Expunerile vor evidenția totodată relațiile dintre cele nouă categorii de factori modulatori și cele șase principii operative fundamentale ale cunoașterii ayurvedice (*Shad-Padartha*), abordate în cadrul etapei de vară a Taberei de Ayurveda.

Această corelare permite aprofundarea modului în care legitățile universale ale ordonării se reflectă în procesele de organizare și transformare specifice diferitelor niveluri ale existenței.

Participanții vor putea descoperi valoarea acestei perspective integratoare pentru înțelegerea experienței de viață, pentru dezvoltarea capacității de observație și pentru aprofundarea cunoașterii ayurvedice asupra ființei umane.

Astfel, cunoașterea dobândită poate deveni un instrument de orientare practică, ajutând la recunoașterea condițiilor care favorizează transformările benefice și la cultivarea unei raportări lucide, responsabile și armonioase față de propria experiență concretă de viață.

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Bheshaja-Siddhanta-Chatushtaya – Cele patru principii fundamentale ale vindecării din Ayurveda: 11–13 decembrie 2026

Cea de-a doua parte a Taberei de Ayurveda va fi consacrată prezentării și ilustrării celor patru principii fundamentale ale vindecării din Ayurveda, reunite sub denumirea generică *Bheshaja-Siddhanta-Chatushtaya*. Această tematică evidențiază condițiile fundamentale care fac posibilă angrenarea conștientă, adecvată și eficientă a unui proces de vindecare, în perspectiva integratoare oferită de știința tradițională Ayurveda.

Primul principiu, Kshetra-Anurupa-Shakti-Siddhanta, reprezintă principiul energiei corespunzătoare planului de acțiune. Acesta arată că energia implicată într-un proces vindecător este necesar să fie adecvată calitativ nivelului asupra căruia se urmărește realizarea transformării.

Alegerea unei metode, a unui remediu sau a unei modalități de intervenție presupune, prin urmare, recunoașterea naturii dezechilibrului și identificarea resurselor compatibile cu domeniul în care acesta se manifestă.

Al doilea principiu, Matranurupa-Shakti-Siddhanta, reprezintă principiul energiei proporționale cu măsura transformării necesare. Acest principiu evidențiază importanța proporționalității dintre energia utilizată și amploarea transformării urmărite.

Nu este suficientă doar alegerea corectă a unui mijloc vindecător, ci este necesară și stabilirea măsurii adecvate de utilizare, a intensității, duratei și continuității acțiunii. Aplicarea acestui principiu oferă repere pentru înțelegerea importanței dozării și a consecvenței în procesele de echilibrare.

Al treilea principiu, Prabodha-Kendra-Shakti-Samvada-Siddhanta, reprezintă principiul activării stărilor de rezonanță prin trezirea focarelor energetice. Acesta evidențiază rolul receptivității și al participării active a ființei la procesul vindecării.

Din perspectiva ayurvedică tradițională, utilizarea unei energii subtile binefăcătoare presupune existența unui focar corespondent, trezit și capabil să intre în stare de rezonanță cu aceasta. Prin urmare, pregătirea, activarea și dezvoltarea receptivității elevate constituie aspecte importante ale aplicării metodelor vindecătoare.

Al patrulea principiu, Shakti-Parinama-Urdhvikarana-Siddhanta, reprezintă principiul transformării și al elevării ascendente a energiei. Acesta deschide o perspectivă mai amplă asupra vindecării, evidențiind posibilitatea transformării, rafinării și orientării superioare a energiilor deja existente în ființă. Prin intermediul proceselor de transmutare și sublimare, resursele energetice pot fi valorificate în direcții benefice, susținând nu doar restabilirea echilibrului, ci și dezvoltarea unor disponibilități superioare ale ființei umane.



Cele patru principii alcătuiesc un ansamblu coerent de repere operative în Ayurveda. Primul stabilește corespondența calitativă a energiei cu planul vizat, al doilea evidențiază proporționalitatea cantitativă, al treilea introduce condiția receptivității prin rezonanță, iar al patrulea oferă perspectiva transformării și valorificării ascendente a energiei.

Ayurveda Agenda

45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026

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

ISSN: 3120 – 0893



O perspectivă integratoare asupra transformării și vindecării

Cele două părți ale Taberei de Ayurveda 2026, etapa de toamnă, urmăresc aprofundarea unor domenii esențiale ale cunoașterii ayurvedice, prin îmbinarea prezentării principiilor tradiționale cu ilustrarea implicațiilor lor practice.

Cunoașterea sistemului ezoteric *Navadha-Nirmanakara* permite extinderea înțelegerii asupra proceselor de transformare care se desfășoară în manifestare, în timp ce *Bheshaja-Siddhanta-Chatushtaya* oferă repere operative pentru utilizarea conștientă și adecvată a resurselor vindecătoare.

Această etapă a Taberei de Ayurveda 2026 oferă participanților posibilitatea de a aprofunda o viziune ayurvedică profundă asupra existenței, în care cunoașterea, observația, discernământul și acțiunea conștientă devin instrumente complementare pentru menținerea sănătății, restabilirea armoniei și dezvoltarea unei relații profunde cu propria ființă.

Acces: *ayushcell.ro/tabere/tayt26*

Cuprins

2 Structura conținutului revistei digitale Ayurveda Agenda nr. 45

Cuprinsul revistei Ayurveda Agenda nr. 45 include referințele numerice ale articolelor și capitolele resurselor educaționale incluse.

Evenimente — ***pag. 01-04***

(1) Tabăra de Ayurveda - etapa de toamnă

Cuprins — ***pag. 04***

(2) Structura Ayurveda Agenda nr. 45

Resurse educaționale — ***pag. 05-08***

Ayurveda - Nivel 01 — ***pag. 05***

(3) Ayurveda-Padartha — C08 (R)

Ayurveda - Nivel 02 — ***pag. 05-06***

(4) Dosha-Vaisamya — C02 (R)

(5) Vela-Chakra — C06 (R)

Ayurveda - Nivel 03 — ***pag. 06-07***

(6) Virya — C02 (A)

(7) Vimshati-Guna — C05 (A)

Ayurveda - Nivel 06 — ***pag. 07***

(8) Buddhi — C15 (N)

Ayurveda - Nivel 22 — ***pag. 08***

(9) Varnasvariya — C06 (R)

Ayurveda - Nivel 25 — ***pag. 08***

(10) Purusha-Vichaya — C05 (A)

Informare de actualitate — ***pag. 09-12***

(11) Cercetarea în domeniile AYUSH

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 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 psiho-mentale ale constituției ayurvedice

Cursul 8 prezintă caracteristicile psiho-mentale ale tipologiilor vata, pitta și kapha, prin compararea afectivității, voinței, memoriei, gândirii, viselor și somnului.

Cursul 8 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-C08**.

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_C08
    - A2: Svasthya-Darshana
    - A3: Prakriti-Nikasha

Constituția psiho-mentală și particularitățile celor trei dosha-uri

Cursul 8 examinează constituția psiho-mentală (dosha-prakriti), evidențiind modul în care predominanța dosha-urilor se reflectă în emoții, voință, memorie, gândire, vise și somn.

Tipologia vata se distinge prin mobilitate emoțională, inițiativă rapidă și variabilitate.

Tipologia pitta exprimă intensitate, voință, discernământ și capacitate de analiză focalizată.

Tipologia kapha se caracterizează prin calm, tenacitate, memorie și raționament metodic.

Sunt comparate particularitățile experienței onirice și ale odihnei pentru fiecare constituție. Cursul 8 subliniază importanța observării obiective a caracteristicilor constituționale și a cultivării calităților benefice, inclusiv a celor mai puțin manifestate în propria structură.

Denumire: Dosha-Prakriti_Ayurveda-Padartha_C08

Ayurveda - Nivelul 2 de studiu - AY02

4 Un curs revizuit din secțiunea Svasthavritta, capitolul Dosha-Vaisamya despre armonizare prin cultivarea stărilor benefice

Cursul 2 evidențiază importanța atenției conștiente, a intenționalității benefice și a cultivării manifestărilor armonioase pentru prevenirea dezechilibrelor dosha-urilor.

Cursul 2 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-C02**.

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_C02

Cultivarea echilibrului dosha-urilor

Cursul 2 dezvoltă o abordare practică a recunoașterii tendințelor către dezechilibru ale celor trei dosha-uri (dosha-vaisamya), în raport cu particularitățile constituționale personale.

Pentru vata, sunt evidențiate flexibilitatea și spontaneitatea; pentru pitta, bunăvoința și prietenia; pentru kapha, tenacitatea și constanța.

Cursul 2 arată cum observarea lucidă a propriilor reacții și cultivarea intențională a manifestărilor benefice (sattva) pot sprijini armonizarea vieții cotidiene. Sunt analizate rolul atenției, posibilitatea transformării predispozițiilor constituționale și dezvoltarea capacității de semnalizare anticipativă a dezechilibrului.

Cursul face referire la zece perechi de calități generale (vimshati-guna) și la principiul folosirii calității complementare pentru restabilirea echilibrului (samya), oferind un reper operativ pentru alegerea unor măsuri corectoare adecvate în practica armonizatoare personală.

Denumire: Svasthavritta_Dosha-Vaisamya_C02

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 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 intervalele zilnice de predominanță ale dosha-urilor

Cursul 6 examinează predominanțele diurne și nocturne ale dosha-urilor și oferă recomandări pentru adaptarea alimentației, activității, odihnei și practicilor contemplative la ritmurile naturale.

Cursul 6 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-C06**.

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_C06

Ritmurile zilnice ale dosha-urilor și armonizarea activităților

Cursul 6 prezintă succesiunea intervalelor de predominanță a dosha-urilor pe parcursul zilei și nopții, corelând fiecare perioadă cu recomandări ayurvedice pentru organizarea activităților.

Intervalul diurn pitta este asociat concentrării, deciziilor și mesei principale, iar intervalul vata favorizează comunicarea, mișcarea, studiul și reflecția. În perioada nocturnă kapha sunt recomandate activitățile relaxante și pregătirea odihnei. Predominanța nocturnă pitta este abordată din perspectiva interiorizării, iar intervalul vata dinaintea dimineții este asociat studiului, atunci când odihna este suficientă.

Sunt urmărite repausul, digestia, receptivitatea și regenerarea prin somn odihnitor. Expunerea evidențiază și etapele de tranziție dintre dosha-uri, precum și adaptarea recomandărilor.

Denumire: Svasthavritta_Vela-Chakra_C06

Ayurveda - Nivelul 3 de studiu - AY03

6 Un curs actualizat din secțiunea Dravyaguna, capitolul Virya despre puterea activă și transformările energetice ale substanțelor

Cursul 2 explică puterea activă (virya) prin raportarea la energia potențială, procesele metabolice și complementaritatea dintre transformarea și conservarea substanțelor.

Cursul 2 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-C02**.

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_C02
    - A4: Vipaka
    - A5: Vimshati-Guna

Puterea activă și dinamica transformărilor energetice

Cursul 2 examinează natura energetică a puterii active (virya) a substanțelor naturale și relația acesteia cu transformările care susțin viața.

Sunt prezentate cele două manifestări fundamentale, puterea activă fierbinte (ushna-virya) și puterea activă rece (shita-virya), în corelație cu procesele de descompunere și sinteză. Este urmărită distincția dintre energia potențială și energia manifestată.

Sunt analizate rolul focului digestiv (agni), particularitățile proceselor catabolice și anabolice, precum și participarea alimentelor la constituirea structurilor trupești. Cursul evidențiază importanța alegerii substanțelor potrivite necesităților.

Înțelegerea puterii active este integrată într-o perspectivă dinamică asupra echilibrului vital, care ține seama de contextul personal.

Denumire: Dravyaguna_Virya_C02

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 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 calitatea generală de fierbinte (ushna-guna)

Cursul 5 prezintă calitatea generală de fierbinte (ushna-guna), manifestările sale trupești și psihomentale, rolul transformator și consecințele manifestării excesive.

Cursul 5 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-C05**.

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_C05

Calitatea generală de fierbinte

Cursul 5 prezintă calitatea generală de fierbinte (ushna-guna), componenta yang a perechii fierbinte-rece (ushna-shita), în cadrul sistemului ayurvedic vimshati-guna. Sunt descrise manifestările căldurii și modalitățile de percepere.

La nivel trupesc, prezentarea urmărește relația cu focul digestiv (jatharagni), transformarea alimentelor, termogeneza și adaptarea la frig, inclusiv prin exemplul practicii tummo.

Sunt prezentate totodată raporturile dintre pitta-dosha, energia vitală și procesele transformatoare. Sunt analizate semnele excesului, precum inflamația și febra, precum și corespondențele psihomentale cu ardoarea, curajul și aspirația către autodepășire.

Cursul evidențiază necesitatea diferențierii manifestării armonioase de intensificarea excesivă a acestei calități generale.

Denumire: Dravyaguna_Vimshati-Guna_C05

Ayurveda - Nivelul 6 de studiu - AY06

8 Un curs nou din secțiunea Manasa-Jnana, capitolul Buddhi despre rolul inteligenței în meditația profundă (dhyana) și în cunoașterea de sine

Cursul 15 analizează interiorizarea inteligenței, meditația profundă, discernământul și integrarea cunoașterii contemplative în dezvoltarea armonioasă a ființei umane și armonizarea vieții.

Cursul 15 face parte din nivelul 6 (**AY06**), secțiunea Manasa-Jnana (**A06**), capitolul Buddhi (**A3**), fiind disponibil în format PDF A4, ușor lecturabil, și PDF A5, pliabil, având codul: **AY06-A06-A3-C15**.

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

- AY06
  - A06: Manasa-Jnana
    - A2: Citta
    - A3: **Buddhi**
      - Manasa-Jnana_Buddhi_C15
    - A4: Manas
    - A5: Ahamkara

Inteligența și aprofundarea cunoașterii contemplative

Cursul 15 examinează rolul inteligenței (buddhi) în interiorizarea atenției și aprofundarea cunoașterii contemplative. Prin retragerea simțurilor (pratyahara) și prin meditație profundă (dhyana), activitatea discursivă a gândirii se liniștește, iar conținuturile conștiinței profunde (citta) devin accesibile observării lucide.

Sunt analizate cooperarea dintre manas, buddhi, citta și ahamkara, precum și trecerea de la examinarea intelectuală la cunoașterea directă.

Cursul 15 evidențiază rolul determinării ferme (nishchaya), al orientării intelectului în serviciul conștiinței superioare și al integrării înțelegerii contemplative în deciziile, relațiile și acțiunile vieții cotidiene a ființei umane.

Dezvoltarea armonioasă a inteligenței susține cunoașterea de sine și echilibrul ființei, în conformitate cu principiile tradiționale ayurvedice.

Denumire: Manasa-Jnana_Buddhi_C15

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 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

Cursul 6 examinează transformările constituționale, accelerarea evoluției personale și elasticitatea funcțională ca repere ale evaluării momentelor de inflexiune existențială.

Cursul 6 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-C06**.

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

AY22
└ A22: Indriya-Sthana
└ **A1: Varnasvariya**
└ Indriya-Sthana_Varnasvariya_C06

Indicatorii momentelor de transformare existențială

Cursul 6 continuă examinarea factorilor utilizați în Indriya-Sthana pentru recunoașterea momentelor de inflexiune intra-existențială și inter-existențială.

Pornind de la natura specifică, sunt analizate posibilitatea unor reconfigurări constituționale și accelerarea proceselor transformatoare care preced evenimentele existențiale majore.

Expunerea distinge între modificările asociate dezechilibrului dosha-urilor și transformările ce conduc la evoluții benefice, subliniind necesitatea observării atente a indicatorilor specifici.

Sunt explorate relațiile dintre predispoziții, exercitarea liberului arbitru și valorificarea conștientă a etapelor transformatoare.

Cursul evidențiază importanța evaluării retrospective și anticipative a acestor procese, într-o perspectivă orientată către recunoașterea și fructificarea oportunităților de transformare, precum și diferențierea dintre observația directă și interpretarea tradițională a indiciilor.

Denumire: Indriya-Sthana_Varnasvariya_C06

Ayurveda - Nivelul 25 de studiu – AY25

10 Un curs actualizat din secțiunea Sharirastha-Jiva, capitolul Purusha-Vichaya despre depășirea condiționărilor existențiale

Cursul 5 evidențiază valoarea discernământului și recunoașterea etapelor manifestării pentru prevenirea condiționărilor existențiale.

Cursul 5 face parte din nivelul 25 (**AY25**), secțiunea Sharirastha-Jiva (**A25**), capitolul Purusha-Vichaya (**A4**), fiind disponibil atât în format PDF A4, ușor lecturabil, cât și în format PDF A5, pliabil, având codul: **AY25-A25-A4-C05.**

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_C05

Corespondența dintre microcosmos și Macrocosmos și depășirea condiționărilor

Cursul 5 aprofundează legea corespondenței dintre microcosmos și Macrocosmos, pornind de la comentariul înțeleptului Chakrapani la sutrele 6-7 din lucrarea de Ayurveda Charaka-Samhita.

Sunt examinate relațiile dintre conștiința identitară (ahamkara), atașamentul față de rezultatele acțiunilor și condiționările existențiale, precum și rolul detașării în orientarea către decondiționare.

Este evidențiată responsabilitatea conștientă și necesitatea identificării cauzelor profunde ale comportamentelor repetitive, integrând cele trei categorii de abordări terapeutice ayurvedice.

Sutra 8 prezintă cinci etape ale manifestării: cauza (hetu), apariția (utpatti), creșterea (vriddhi), suferința (upaplava) și disoluția (viyoga). Aceste repere sunt utile pentru recunoașterea timpurie a orientărilor nefavorabile și pentru alegerea unor intervenții conștiente, adecvate fiecărei etape.

Denumire: Sharirastha-Jiva_Purusha-Vichaya_C05

Acces: *ayushcell.ro/suport_scris*

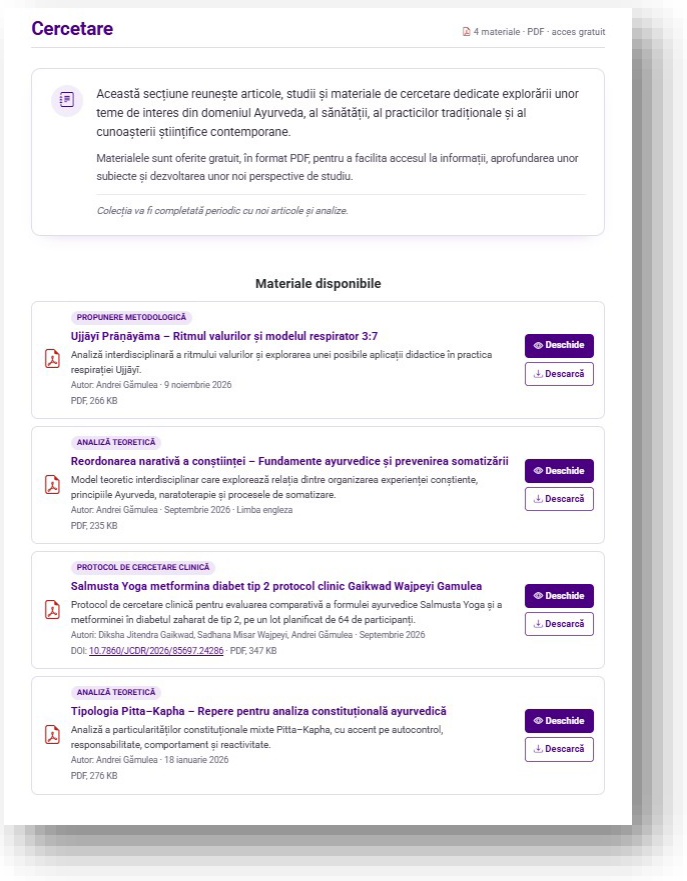
Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Informare de actualitate

Cercetare în domeniile AYUSH

11 Cercetarea în domeniile AYUSH – o nouă direcție de activitate a Centrului Ayush Cell România

Noua pagină „Cercetare” oferă acces liber la studii, analize teoretice și protocoale de cercetare, contribuind la promovarea cunoașterii interdisciplinare în domeniile AYUSH.



Centrul Ayush Cell România introduce o nouă secțiune în platforma ayushcell.ro, dedicată prezentării și consultării materialelor de cercetare din domeniile AYUSH. Această inițiativă reprezintă o extindere a activităților educaționale, editoriale și de promovare desfășurate până în prezent, prin includerea unei componente orientate către investigarea sistematică a conceptelor tradiționale, explorarea unor aplicații practice și examinarea relațiilor dintre cunoașterea ayurvedică și cercetarea științifică contemporană.

Noua pagină, disponibilă în meniul Aplicații, prin link-ul https://ayushcell.ro/cercetare, reunește materiale cu profiluri metodologice diferite, de la analize teoretice și propuneri interdisciplinare până la protocoale de cercetare clinică. Scopul acestei inițiative este facilitarea accesului la informații relevante, promovarea cercetării și stimularea interesului pentru dezvoltarea unor abordări științifice fundamentate în domeniile AYUSH.

Ce reprezintă AYUSH?

Acronimul AYUSH provine din denumirile sistemelor de sănătate și medicină tradițională recunoscute și promovate în India: Ayurveda, Yoga și Naturopathy (Yoga și naturopatie), Unani, Siddha și Homoeopathy (homeopatie). În prezent, sfera instituțională AYUSH include și Sowa-Rigpa, sistem medical tradițional asociat în special culturii tradiționale tibetane.

Aceste domenii au origini istorice și fundamente teoretice diferite, dar sunt reunite în cadrul unei politici instituționale care urmărește conservarea cunoașterii tradiționale, dezvoltarea educației, cercetarea științifică și promovarea internațională a practicilor și resurselor specifice.

Ministerul AYUSH din India, înființat la 9 noiembrie 2014, coordonează dezvoltarea acestor domenii prin organisme specializate, consilii de cercetare, instituții educaționale și programe de cooperare națională și internațională.

Cercetarea constituie una dintre componentele importante ale activității ministerului, fiind orientată atât către investigarea principiilor fundamentale ale sistemelor tradiționale, cât și către evaluarea eficacității, siguranței și calității intervențiilor terapeutice.

O colecție de materiale cu acces liber

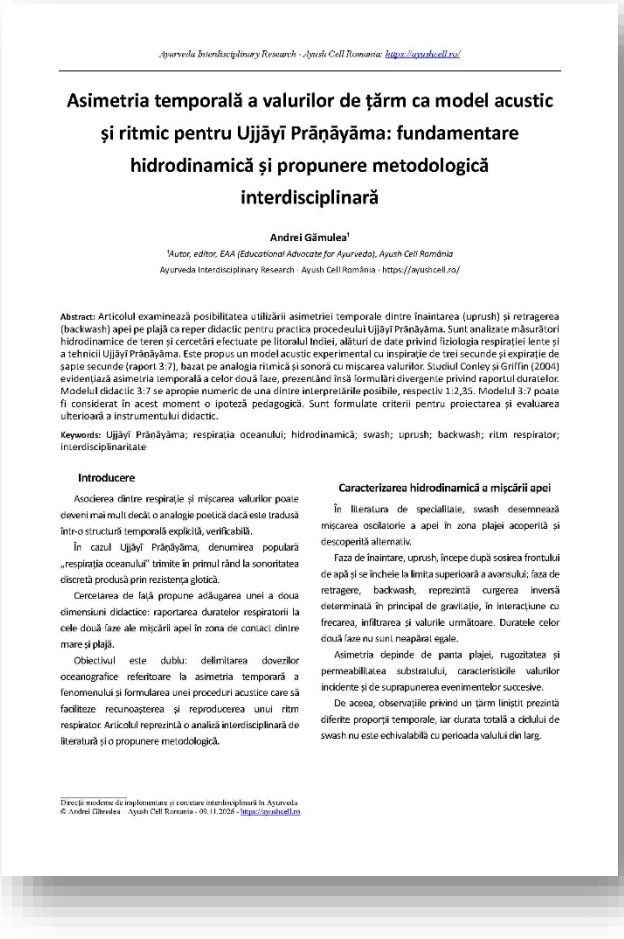
Pagina „Cercetare” a Centrului de informare Ayush Cell România a fost organizată pentru a permite consultarea directă a materialelor publicate.

Fiecare înregistrare cuprinde categoria lucrării, titlul, o scurtă prezentare a conținutului, numele autorilor, data publicării și informații despre documentul PDF. Acolo unde este disponibil, este indicat și identificatorul digital DOI al publicației.

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Utilizatorul are la dispoziție două opțiuni distincte: „Deschide”, pentru consultarea documentului în browser, și „Descarcă”, pentru salvarea fișierului pe dispozitivul personal.

Accesul la toate materialele prezentate în această secțiune este liber și gratuit, fără a necesita achiziționarea unui abonament. Această facilitate exprimă caracterul de promovare și informare al inițiativei, încurajând consultarea lucrărilor de către cursanți, absolvenți, lectori, cercetători și orice alte persoane interesate. Colecția cuprinde materiale reprezentative pentru diversitatea direcțiilor de explorare avute în vedere.



Ayurveda Interdisciplinary Research - Ayush Cell Romania: https://ayushcell.ro/

Asimetria temporală a valurilor de țărm ca model acustic și ritmic pentru Ujjāyī Prāṇāyāma: fundamentare hidrodinamică și propunere metodologică interdisciplinară

Andrei Gămulea[1]
[1]Autor, editor, EAA (Educational Advocate for Ayurveda), Ayush Cell România
Ayurveda Interdisciplinary Research - Ayush Cell România - https://ayushcell.ro/

Abstract: Articolul examinează posibilitatea utilizării asimetriei temporale dintre înaintarea (uprush) și retragerea (backwash) apei pe plajă ca reper didactic pentru practica procedeului Ujjāyī Prāṇāyāma. Sunt analizate măsurători hidrodinamice de teren și cercetări efectuate pe litoralul Indiei, alături de date privind fiziologia respirației lente și a tehnicii Ujjāyī Prāṇāyāma. Este propus un model acustic experimental cu inspirație de trei secunde și expirație de șapte secunde (raport 3:7), bazat pe analogia ritmică și sonoră cu mișcarea valurilor. Studiul Conley și Griffin (2004) evidențiază asimetria temporală a celor două faze, prezentând însă formulări divergente privind raportul duratelor. Modelul didactic 3:7 se apropie numeric de una dintre interpretările posibile, respectiv 1:2,35. Modelul 3:7 poate fi considerat în acest moment o ipoteză pedagogică. Sunt formulate criterii pentru proiectarea și evaluarea ulterioară a instrumentului didactic.

Keywords: Ujjāyī Prāṇāyāma; respirația oceanului; hidrodinamică; swash; uprush; backwash; ritm respirator; interdisciplinaritate

Introducere

Asocierea dintre respirație și mișcarea valurilor poate deveni mai mult decât o analogie poetică dacă este tradusă într-o structură temporală explicită, verificabilă.

În cazul Ujjāyī Prāṇāyāma, denumirea populară „respirația oceanului” trimite în primul rând la sonoritatea discretă produsă prin restrângerea glotică.

Cercetarea de față propune adăugarea unei a doua dimensiuni didactice: raportarea duratelor respiratorii la cele două faze ale mișcării apei în zona de contact dintre mare și plajă.

Obiectivul este dublu: delimitarea dovezilor oceanografice referitoare la asimetria temporară a fenomenului și formularea unei proceduri acustice care să faciliteze recunoașterea și reproducerea unui ritm respirator. Articolul reprezintă o analiză interdisciplinară de literatură și o propunere metodologică.

Caracterizarea hidrodinamică a mișcării apei

În literatura de specialitate, swash desemnează mișcarea oscilatorie a apei în zona plajei acoperită și descoperită alternativ.

Faza de înaintare, uprush, începe după sosirea frontului de apă și se încheie la limita superioară a avansului; faza de retragere, backwash, reprezintă curgerea inversă determinată în principal de gravitație, în interacțiune cu frecarea, infiltrarea și valurile următoare. Duratele celor două faze nu sunt neapărat egale.

Asimetria depinde de panta plajei, rugozitatea și permeabilitatea substratului, caracteristicile valurilor incidente și de suprapunerea evenimentelor succesive.

De aceea, observațiile privind un țărm liniștit prezintă diferite proporții temporale, iar durata totală a ciclului de swash nu este echivalabilă cu perioada valului din larg.

Lucrarea „Ujjāyī Prāṇāyāma – Ritmul valurilor și modelul respirator 3:7”, realizată de Andrei Gămulea și datată 9 noiembrie 2026, prezintă o propunere metodologică interdisciplinară privind relația dintre ritmul natural al valurilor și organizarea temporală a respirației. Analiza urmărește posibilitatea utilizării unui reper acustic natural într-o aplicație didactică destinată practicii Ujjāyī.



Ayurveda Center: **AYUSH CELL ROMANIA**
Field of Ayurveda: **SATTVAVAJAYA**
Ayurveda Domain: **NARATOTHERAPY**

NARRATIVE REORDERING OF CONSCIOUSNESS

AYURVEDIC STRUCTURAL FOUNDATIONS AND IMPLICATIONS FOR NARATOTHERAPY AND THE PREVENTION OF SOMATIZATION

Andrei Gămulea
E.A.A. (Educational Advocate of Ayurveda) - Ayush Cell Romania, AMN-Romania, Ayus Grup Romania

Keywords
instrumental consciousness; Antaḥkaraṇa; Ātattvābhiniveśa; Prajñāparādha; Ayurveda; naratotherapy; somatization; narrative reordering

Abstract
This article proposes the concept of narrative reordering of consciousness as a rigorous theoretical and applied model for understanding and correcting disorganization within instrumental consciousness, grounded in classical Ayurvedic epistemology. Drawing on the structural model of consciousness articulated through the concept of Antaḥkaraṇa (Manas, Buddhi, Ahaṃkāra, and Citta), the paper examines how the predominance of Rajas and Tamas undermines the ordering function of consciousness, a process described in Ayurveda through notions such as Prajñāparādha *(failure of discernment) and* Ātattvābhiniveśa *(fixation in non-truth). It is argued that narrative disorganization constitutes an early yet decisive stage in the causal chain leading from subtle imbalance to somatization. The paper further analyzes the structural role of narrative constructions in stabilizing or destabilizing the Antaḥkaraṇa and proposes narrative reordering as a corrective process compatible with both narrative therapy and Ayurvedic principles of health. Finally, the relevance of the vital forces Vāta, Pitta, and Kapha is discussed in relation to individualized intervention and relapse prevention, outlining an integrative model of health as functional order across consciousness, energy, and body.*

Introduction

Contemporary approaches to consciousness frequently oscillate between phenomenological descriptions of subjective experience and mechanistic models of disease.

Within this landscape, classical Ayurveda offers a coherent conceptual framework that articulates the relationship between consciousness, the structuring of experience, and the emergence of illness without reducing these processes either to purely psychological constructs or to strictly physiological mechanisms.

The present paper introduces the concept of *narrative reordering of consciousness* as a theoretical model for understanding disorganization within instrumental consciousness and for correcting such disorganization through narrative-based interventions consistent with Ayurvedic principles.

The central hypothesis advanced here is that illness represents the final stage of a progressive loss of narrative order at the level of consciousness, and that early intervention at this level has both preventive and therapeutic relevance.

Theoretical Framework: Consciousness as a Functional Structure in Ayurveda

Antaḥkaraṇa as a Structural Model of Consciousness

Ayurveda does not conceptualize consciousness as an amorphous or undifferentiated phenomenon, but rather as a functionally articulated system expressed through the *Antaḥkaraṇa*, composed of Manas, Buddhi, Ahaṃkāra and Citta.

This structural description allows for precise localization of internal disorganization, avoiding vague or global explanations of psychological or psychosomatic distress.

Manas mediates sensory input and attentional processes, Buddhi performs discrimination, evaluation, and decision-making, Ahaṃkāra establishes the sense of identity and ownership of experience and Citta serves as the repository of latent impressions and experiential memory.

Health (*Swastha*) is defined as the coherent and integrated functioning of these components under the guidance of a clear and stable consciousness.

The Guṇa-s and the Loss of the Ordering Function

The predominance of Sattva supports clarity, coherence, and discernment within consciousness, thereby sustaining adaptive self-regulation and integrative cognitive functioning.

By contrast, the increase of Rajas or Tamas disrupts this ordering function, generating agitation, impulsivity, rigidity, or obscuration.

Although the Charaka Saṃhitā does not present a single aphorism explicitly stating that disease arises from the dominance of Rajas and Tamas, this causal relationship is doctrinally consistent throughout the Ayurvedic corpus, particularly through the concepts of Prajñāparādha and dysfunction of Manas.

Studiul „Reordonarea narativă a conștiinței – Fundamente ayurvedice și prevenirea somatizării”, publicat în limba engleză în septembrie 2026, explorează relațiile dintre organizarea experienței conștiente, fundamentele ayurvedice, naratoterapie și procesele de somatizare. Lucrarea propune un cadru teoretic interdisciplinar, deschis unor investigații ulterioare.

Un alt material este protocolul de cercetare clinică dedicat evaluării comparative a formulei ayurvedice Salmusta Yoga și a metforminei în diabetul zaharat de tip 2. Realizat de Diksha Jitendra Gaikwad, Sadhana Misar Wajpeyi și Andrei Gămulea, protocolul, publicat în septembrie 2026 în *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, prevede un lot de 64 de participanți și este identificat prin DOI 10.7860/JCDR/2026/85697.24286.

Documentul prezintă metodologia unei cercetări clinice propuse, fără a reprezenta, prin el însuși, demonstrarea eficacității comparative a intervențiilor.

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893



Research Protocol

Efficacy of *Salmusta* Yoga versus Tablet Metformin in Type 2 Diabetes Mellitus (*Madhumeha*): A Research Protocol for Randomised Controlled Trial

DIKSHA JITENDRA GAIKWAD , SADHANA MISAR WAJPEYI*, EAA GĂMULEA ANDREI FLORIN[1]

ABSTRACT

Introduction: Diabetes mellitus is a metabolic disorder that can be correlated with *Madhumeha*, a type of *Prameha* in Ayurveda. This is a *Santarpanajanya Vyadhi* (Diseases caused by overnutrition), caused by *Medo Dushti* (disruption in fat metabolism) affecting *Medovaha Srotas*. *Salmusta* yoga, containing *Sal* (*Shorea robusta*), *Musta* (*Cyperus rotundus*), and *Kampillaka* (*Mallotus philippensis*) in *Yogratnakar* for the management of *Prameha* (Diabetes mellitus).

Need of the study: Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a rapidly increasing metabolic disorder with significant complications. Although modern treatments like insulin and metformin are effective, long-term use may cause adverse effects and does not fully address underlying metabolic disturbances. In Ayurveda, *Madhumeha* involves *Kapha* predominance, Medo Dushti, and *Agnimandya*, requiring a holistic approach. *Shamana Chikitsa* is preferred when *Shodhana* is not feasible. *Salmusta* yoga, described in *Yogaratnakara*, has *Kapha-Medohara* and *Pramehaghna* properties reported to have antihyperglycaemic effects. However, limited clinical evidence exists, highlighting the need to evaluate its efficacy in managing *Madhumeha*.

Aim: Evaluation of comparative efficacy of *Salmusta* yoga Versus tablet metformin in the management of diabetes mellitus type 2.

Materials and Methods: A single-blind (accessor blind) parallel randomised controlled trial will be conducted at the Mahatma Gandhi Ayurved College Hospital and Research Centre, Salod (H) Wardha, Maharashtra, India, from September 2025 to March 2027. The study involves 64 patients meeting the inclusion criteria, randomly assigned into two groups of 32 each. Group 1 will receive *Salmusta* yoga, while Group 2 will receive tablet metformin twice a day for two months. Assessments of fasting and postprandial blood sugar level will be conducted on days 0, 30 and 60. Chi-square test, Student's unpaired, and paired t-test will be used for both descriptive and inferential statistics. A significance level of $p<0.05$ will be applied.

Keywords: Blood glucose, Glucose metabolism disorders, Hyperglycaemia, Insulin resistance

INTRODUCTION

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder characterised by persistent hyperglycaemia and impairment of carbohydrate, fat, and protein metabolism. Diabetes is a major global health challenge, with an estimated 589 million adults in 2024 living with diabetes, of whom almost one in two were undiagnosed. In addition, another 1.1 billion adults worldwide had impaired glucose tolerance or impaired fasting glycaemia, predisposing them to an increased risk of developing T2DM [1]. T2DM can be correlated with *Madhumeha*, a type of *Vataja Prameha* as per Ayurveda, due to the resemblance of clinical features. Elevated blood sugar levels caused by either insulin resistance or inadequate insulin are its defining feature [2]. According to *Acharya Charaka*, it is mainly caused by the aggravation of *Kapha Dosha*. Aetiological factors include intake of *Nava-anna* (newly harvested grains less than one year old), excessive consumption of *Dadhi Varga* (curd and fermented milk preparations), *Mamsa-sevana* (meat intake) of *Anupa*, *Gramya*, and *Audaka* animals (marshy, domestic, and aquatic species of *Kapha* promoting), along with indulgence in *Asya-sukha* (sedentary habits such as constant sitting) and *Svapna sukha* (excessive sleep). These factors collectively vitiated *Kapha Dosha* and subsequent obstruction (*Sroto-rodha*) of metabolic pathways, forming the basis of *Prameha Samprapti*. *Prameha* is mainly a *Santarpanajanya Vyadhi*, marked by predominance of *Kapha Dosha*, vitiation of *Meda Dhatu*, and involvement of *Mutravaha Srotas* (Urinary system), resulting in excessive and abnormal urination. It is characterised by profuse, turbid urination, reflecting systemic dysregulation of *Medovaha Srotas* and *Agnimandya* (diminished metabolic activity). All three *Doshas*-*Vata*, *Pitta*, and *Kapha*-are involved in its pathophysiology. Three basic therapeutic principles underpin Ayurved treatment of *Prameha*: *Shamana Chikitsa* (palliative or internal treatment), *Shodhana Chikitsa* (purification therapy), and *Nidana Parivarjana* (elimination or avoidance of causative factors). Within *Shamana Chikitsa*, classical scriptures describe several single and herbal compositions that help balance *Kapha*, rectify *Medo Dushti*, and restore *Agni*. One such formulation is *Salmusta* yoga, given by *Acharya Yogaratnakara* in the context of *Pramehe Chikitsa* [3]. It comprises *Sal* (*Shorea robusta* Gaertn. f.), *Musta* (*Cyperus rotundus* Linn.), and *Kampillaka* (*Mallotus philippensis* (Lam.) Mull. -Arg.). It demonstrates *Kaphamedohara* (lipid-reducing), *Agnideepana* (metabolism-enhancing), and *Pramehaghna* (antidiabetic) properties. Thus, *Salmusta* yoga treats the core causes *Agnimandya*, *Meda dushti*, and *Kapha Prakopa* and restores metabolic balance through its combined phytotherapeutic effects [4-6]. Tablet metformin is a biguanide antihyperglycaemic agent and is considered the first-line drug for the management of diabetes mellitus [7].

REVIEW OF LITERATURE

Prameha is a disease of *Medovaha srotasa*. It is mentioned in *Brihattrayi* and in *Laghutrayi*. It is included in the *Ashtocomahagada* by *Acharya Charak*. *Hetu* (causes), *lakshana* (symptoms), and *samprapti* (pathogenesis) of *Prameha*, including *Madhumeha*, are described in *Sutrasthana* and *Nidanasthana* of *Charak Samhita*. The 20 types of *prameha*, involvement of *Dosha* and *Dushya* and treatment are described in *Chikitsasthana*. *Acharya Sushrut* explains *Madhumeha* in *Nidan sthana*, while its treatment is explained in *Chikitsa sthana*.

Journal of Clinical and Diagnostic Research. 2025 Sep. Vol-19(9): 1001-1004



Ayurveda Interdisciplinary Research - Ayush Cell Romania: https://ayushcell.ro/

Repere metodologice ayurvedice pentru analiza tipologiei constituționale mixte pitta–kapha și a semnăturilor sale reactive

Andrei Gămulea[1]

[1]Author, Editor, EAA (educational Advocate of Ayurveda), Ayush Ce Romania

Abstract: Este prezentat un exemplu de analiză ayurvedică a tipologiilor constituționale mixte, cu accent pe tipologia pitta-kapha în varianta mixt egală. Se arată cum pot fi interpretate coerent atât trăsături psiho-comportamentale, cât și indicii somatice punctuale. Premisa este că o tipologie mixtă nu se descrie prin simpla enumerare a caracteristicilor, ci prin identificarea unui nucleu calitativ structurator (în acest caz „umed–uleios"), care organizează manifestările fiziologice și temperamentale. În această cheie sunt discutate autocontrolul (preponderent pitta), simțul practic (alimentat concomitent de pitta și kapha), managementul de criză (stabilitate și decizie, cu riscul supraîncredere ii), asumarea responsabilității (kapha ca suport executiv, pitta ca factor coordonator) și încrederea în sine, a cărei calitate depinde de modularea prin guna-uri (sattva, rajas, tamas). Pionieratul este delimitat conceptual ca inițiativă asociată mai ales cu vata, în timp ce pitta-kapha este descris ca apt pentru implementarea și stabilizarea unei idei inovatoare deja formulate. Carisma este tratată ca fenomen plurifactorial: pitta-kapha poate susține o influență durabilă prin consistență și coerență, dar formele de captare rapidă a atenției sunt mai frecvent asociate altor dinamici (de exemplu vata-pitta).

Keywords: Ayurveda, tipologie ayurvedică, tipologie mixtă egală, nucleu calitativ structurator, analiză ayurvedică

Cadrul conceptual și criteriile de abordare

Analiza ayurvedică a unei tipologii mixte nu se reduce doar la o listă de trăsături, ci presupune identificarea unui nucleu calitativ structurator care ordonează, explică și face inteligibilă distribuția manifestărilor fiziologice și psiho-comportamentale.

În cazul tipologiei ayurvedice pitta-kapha mixt egal, nucleul structurator este cel mai frecvent exprimat prin calitatea generală de „umed–uleios" (onctuozitate), care funcționează ca liant unificator al personalității și al reactivității. Această onctuozitate nu este doar o descriere metaforică, ci un principiu de interpretare unificatoare. Aceasta sugerează coeziune, continuitate și o anumită stabilitate a expresiei, inclusiv la nivel motivațional și decizional.

Autocontrolul ca expresie a principiului de reglaj determinat de pitta

Autocontrolul, în cazul acestei tipologii ayurvedice, este corelat în principal cu pitta, înțeles ca principiu al ordinii, al controlului și al capacității de a regla impulsurile.

Autocontrolul apare ca o abilitate de a menține direcția asumată și de a administra tensiunile interne fără pierderea coerenței.

În varianta mixt egală, kapha poate funcționa ca suport de stabilizare, astfel încât autocontrolul devine eficient atâta timp cât componenta kapha nu se transformă într-un factor de rigidizare sau de inerție psihologică.

Simțul practic: convergența dintre coordonare și execuție

Simțul practic, în tipologia pitta-kapha, rezultă din complementaritatea dintre orientarea kapha către concret și orientarea pitta către organizare.

Kapha susține pragmatismul prin capacitatea de execuție temeinică: atenție la detalii, răbdare, continuitate și disponibilitatea de a repeta un efort până când rezultatul devine stabil și verificabil.

Această dimensiune este cea care conferă acestei tipologii mixte consistență și face ca soluțiile preferate să fie cele care dau randament în timp, nu doar cele spectaculoase pe termen scurt.

Pitta completează această bază prin componenta de coordonare și eficientizare.

Direcții moderne de implementare și cercetare interdisciplinară în Ayurveda
© Andrei Gămulea – Ayush Cell Romania – 10.01.2026 – https://ayushcell.ro/curumurveda2526

Colecția include și analiza teoretică „Tipologia Pitta–Kapha – Repere pentru analiza constituțională ayurvedică", publicată la 18 ianuarie 2026, care examinează particularitățile constituționale mixte din Ayurveda și implicațiile acestora asupra comportamentului, autocontrolului, responsabilității și reactivității personale.

Integrarea cercetării în direcțiile de activitate ale Ministerului AYUSH din India

Inițiativa Centrului Ayush Cell România se înscrie, prin obiectivele sale, în mai multe direcții promovate explicit de Ministerul AYUSH din India.

Un document de referință este programul AYURGYAN – Research and Innovation in AYUSH, prin care ministerul a stabilit domeniile prioritare ale cercetării. Documentul include cercetarea conceptelor fundamentale, a principiilor și teoriilor sistemelor AYUSH, validarea siguranței și eficacității intervențiilor, cercetarea clinică și investigarea abordărilor integrate.

Documentul include și studiile privind sănătatea publică, analiza literaturii tradiționale din domeniile de competență și documentarea științifică.

Același program al Ministerului AYUSH din India evidențiază cercetarea interdisciplinară și translațională, precum și dezvoltarea unor instrumente și metodologii capabile să pună în relație cunoașterea tradițională cu rezultatele științelor contemporane.

Din această perspectivă, materialele publicate de Ayush Cell România prezintă corespondențe concrete cu prioritățile ministerului AYUSH.

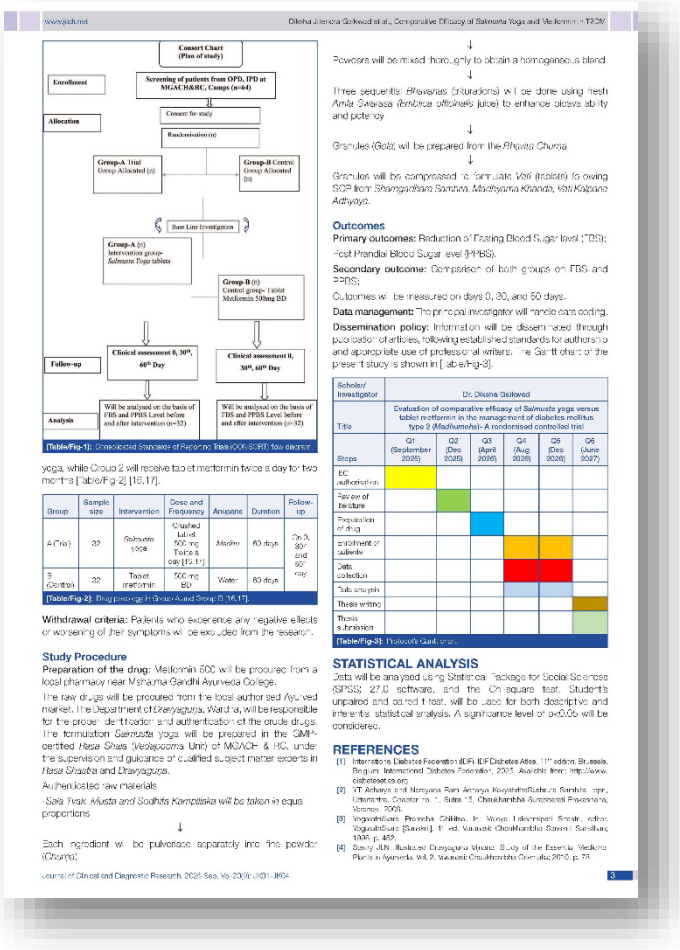
Analizele constituționale și cognitive se raportează la cercetarea fundamentală a principiilor AYUSH.

Propunerea privind ritmul respirator se situează în zona explorării metodologice și a aplicațiilor interdisciplinare, iar protocolul referitor la Salmusta Yoga aparține direcției de cercetare clinică și de evaluare a intervențiilor terapeutice.

Ayurveda Agenda
45 / 2026
10 NOIEMBRIE 2026
buletin informativ săptămânal cu anunțuri despre evenimente, activități, publicații și resurse educaționale de Ayurveda
ISSN: 3120 – 0893

Aceste corespondențe exprimă o convergență a obiectivelor de cercetare ale Ministerului AYUSH.

O a doua referință instituțională este programul Central Sector Scheme for Promotion of International Co-operation in AYUSH, revizuit la 22 iunie 2021. Documentul stabilește ca obiective promovarea cunoașterii despre sistemele AYUSH la nivel internațional, schimbul de specialiști și informații, dezvoltarea cooperării academice și științifice, susținerea cercetării și constituirea unor centre de informare AYUSH în alte țări.



Prin extinderea activității sale către prezentarea și difuzarea materialelor de cercetare din domeniu, Ayush Cell România contribuie la aceste obiective în cadrul propriei inițiative de promovare.

Centrul de informare Ayush Cell România poate facilita astfel circulația informațiilor științifice, cunoașterea unor proiecte de cercetare și identificarea unor teme de interes comun pentru specialiști din România și din India.

Această orientare este susținută și de Raportul anual 2024–2025 al Ministerului AYUSH, care tratează distinct cercetarea, cooperarea internațională și programele de inovare. Raportul evidențiază necesitatea dezvoltării dovezilor științifice, a evaluării siguranței intervențiilor și a cooperării între instituții academice și de cercetare.

Un reper complementar îl constituie AYUSH Research Portal, platforma oficială a ministerului destinată centralizării și accesului la informații despre cercetările realizate în domeniile AYUSH. Existența acestui portal confirmă importanța acordată accesibilității informației științifice și valorificării documentării digitale.

Cercetarea ca extensie a activității educaționale a Centrului AYUSH România

Prin crearea paginii „Cercetare”, Ayush Cell România urmărește să adauge o componentă distinctă activităților sale consacrate de prezentare, educație și promovare a Ayurvedei.

Cercetarea oferă posibilitatea aprofundării unor teme studiate în cadrul cursurilor de Ayurveda, formulării unor ipoteze noi și identificării unor metode adecvate pentru examinarea acestora.

Totodată, inițiativa susține diferențierea necesară dintre analiza conceptuală, propunerea metodologică, protocolul experimental și rezultatul confirmat prin cercetare. Această distincție contribuie la o prezentare riguroasă a cunoașterii și la evaluarea corectă a valorii fiecărui material.

Colecția va putea fi extinsă progresiv prin includerea unor noi studii, analize, protocoale și contribuții interdisciplinare, inclusiv rezultate ale cooperării academice internaționale.

În acest fel, noua pagină „Cercetare” devine un instrument deschis de documentare și promovare a domeniilor AYUSH, complementar activităților educaționale și editoriale deja dezvoltate de Ayush Cell România. Demersul urmărește difuzarea informației existente și încurajarea unei relații active între studiul tradiției, formularea întrebărilor de cercetare și investigarea lor prin metode adecvate.

Acces: *ayushcell.ro/cercetare*