



Ayurveda

Escuela Internacional de la Cultura Ayurvédica

# DIPLOMA TERAPIA MANUAL AYURVÉDICA

## **Modulo-1 Filosofía, historia y principios básicos de la Ayurveda**

### Teoría

- Introducción a la Ayurveda
- Historia de la Ayurveda
- Principios básicos de la Ayurveda
- Concepto de Triguna o supercualidades
- Concepto de los cinco elementos (Panchamahabootas)
- Teoría de los tres Doshas
- Concepto de los siete tejidos (Dhatus)
- Concepto de los productos de desecho (Malas)
- Introducción de la anatomía Ayurvédica (Sharira rachana)

## **Modulo -2 Análisis de la Constitución (Prakruti) y los aceites indicados para cada condición.**

### Teoría

- Introducción de la constitución (Prakruti)
- Cómo determinar la constitución de cada persona (Prakruti)
- Tabla para determinar tu constitución
- Información acerca de los aceites Ayurvédicos para cada constitución.
- Como determinar la constitución a través del pulso

## **Modulo -3 Masaje “Abhyanga” y Masaje “Shiroabhyanga”. Indicaciones/contraindicaciones y puntos marma**

### Teoría

- Aprender a utilizar el aspecto terapéutico del Masaje Ayurvédico.
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje Abhyanga (cuerpo)
- Introducción al Masaje Ayurveda
- El masaje según la constitución
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje Shiro abhyanga (cabeza)
- Información acerca de los puntos marma específicos en cabeza y sus beneficios
- Pasos del masaje “Abhyanga” y del masaje “Shiroabhyanga”

### Práctica

- Práctica para determinar la constitución
- Práctica para aprender a tomar el pulso
- Práctica del masaje “Abhyanga” (todo el cuerpo)
- Práctica del masaje “Shiroabhyanga” (cabeza)
- Práctica para saber localizar los puntos “marma” en la cabeza
- Como realizar el masaje Abhyanga para cada constitución.

**Modulo -4 Importancia de la parte espiritual y los vedas en relación con la Ayurveda.**  
**Importancia de los mantras y la práctica diaria de la respiración (Pranayama) y de la meditación.**

Práctica

- Repetir el “Mantra” junto con el maestro antes de comenzar las clases de Ayurveda y comenzar todas las clases con una Meditación en conjunto y con la práctica de Pranayama (Respiración).

**Modulo -5 Diferentes tratamientos en Ayurveda y sus aplicaciones terapéuticas.**  
**“Shiropichu”, “Nasya”, “Karnapurana”, “Gandusha y Kavala”**  
**Indicaciones/contraindicaciones**

Teoría

- Aprender a utilizar el aspecto terapéutico del tratamiento “Shiropichu”.
- Aprender a utilizar el aspecto terapéutico del tratamiento “Nasya”.
- Aprender a utilizar el aspecto terapéutico del tratamiento “Karnapurana”.
- Aprender a utilizar el aspecto terapéutico del tratamiento “Gandusha y Kavala”.
- Indicaciones y contraindicaciones de los tratamientos
- Estudio de los aceites indicados para cada tratamiento y sus beneficios
- Importancia de “Shiropichu” para problemas en relación con el cuero cabelludo
- Importancia de “Nasya” para problemas de Vata dosha, sistema nervioso, estrés, etc...
- Importancia de “Karnapurana” para problemas en relación con el oído.
- Importancia de “Gandusha y Kavala” para problemas relacionados con la cavidad bucal.

Práctica

- Práctica de “Shiropichu” con los aceites indicados. Tratamiento específico para problemas relacionados con insomnio, calvicie, problemas de vata, etc...
- Práctica de “Nasya” , este tratamiento es considerado parte de Panchakarma con múltiples beneficios tales como incrementar la memoria y la concentración y tratar desequilibrios de Vata dosha como el estrés, ansiedad, sistema nervioso, hipertensión, etc...
- Práctica de “Karnapurana”. Este tratamiento Ayurvédico es específico para problemas relacionados con el oído.
- Práctica de “Gandusha” y “Kavala” para desequilibrios en relación con la cavidad bucal, encías, dientes, garganta, cuerdas vocales y percepción del gusto.

**Modulo -6 Automasaje Ayurveda “” Indicaciones/contraindicaciones**

Teoría

- Aprender a utilizar el aspecto terapéutico del Automasaje.
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje.
- Los puntos marma específicos a considerar en este masaje diario.

Práctica

- Pasos del “Automasaje Ayurvedico” para la práctica y beneficio de uno mismo como rutina diaria.

