

# AYURVEDA

*Ayurveda behoort tot de meest uitgebreide en boeiendste geneeskundige systemen en heeft een geschiedenis van meer dan 7000 jaar. Ayurveda is een woord uit het Sanskriet, de taal van India waar deze geneeswijze ontwikkeld werd, en betekent letterlijk 'wijsheid van het leven'. Het is dan ook niet alleen een geneeswijze, maar ook een manier van leven en gezond blijven. Daardoor heeft de ayurvedische behandeling een diepe invloed op een patiënt.*

Ayurveda is een holistische geneeskunst en maakt daarom geen onderscheid tussen lichaam en geest. Het ziet de mens als een geheel en tracht de patiënt fysiek, mentaal, sociaal en kosmisch in balans te brengen en te laten blijven met de natuur. In de ayurvedische geneeskunde wordt onder andere gebruik gemaakt van geneeskrachtige kruiden, reinigingskuren, speciale massage-technieken en yogaoefeningen. Ook wordt een ge-specialiseerde manier van diagnosticeren toegepast, onder andere aan de hand van de polsslag, de tong, het ge-laat, de nagels en de urine.

De cursus Werken met Ayurveda brengt je in contact met een van de eerste en in de loop der eeuwen meest ontwikkelde geneeswijzen. Het geeft je een duidelijk inzicht in het hoe en waarom van een ziekte, niet alleen bij een patiënt, maar ook bij jezelf, als therapeut en als mens. Ayurveda is een geneeswijze zonder poespas, zonder gebruik te maken van apparaten, maar volledig natuurlijk en van mens tot mens. De resultaten van een behandeling zijn vaak verbluffend positief.

## DEZE ONDERWERPEN KOMEN AAN BOD

Het ontstaan en de filosofie van Ayurveda, de drie guna's sattva, tamas en rajas, de vijf basiselementen en de vijf zintuigen, de tridosha vata, pitta en kapha en hun algemene, lichamelijke, fysiologische en psychische typering alsmede de bepalende factoren van de stofwisseling, dhatu's, mala's, agni en ama. Er wordt verder ingegaan op de verschillende methoden van diagnosticeren, de waarde die aan ziekte en gezondheid wordt toe-

gekend en het gebruik van geneesmiddelen. Een groot aantal ayurvedische kruiden wordt behandeld evenals verschillende massagetechnieken en de oliën die daarbij gebruikt worden. Daarnaast is er aandacht voor ayurvedische lichaamssystemen, de ayurvedische levensstijl en yoga, waarvan een aantal oefeningen in de cursus zijn opgenomen.

## STUDIEDUUR

3 maanden bij 2 lessen per maand

6 maanden bij 1 les per maand

## STUDIEBELASTING

4 tot 5 uur per week bij 1 les per maand

## OMVANG

470 pagina's op A5-formaat

## HUISWERK

inzenden per post of digitaal via internet

## NIVEAU

mbo-niveau

## CURSUSAANVANG

op elk gewenst moment

## VOOROPLEIDING

geen specifieke vooropleiding nodig

## STUDIEMATERIAAL

fraai opbergsysteem en inclusief alle benodigde studiematerialen en/of boeken

## STUDIEVERKLARING

kosteloos na inzending van het huiswerk

## EXAMEN

kan desgewenst worden afgelegd

## LESGELD

Raadpleeg voor het meest actuele lesgeldtarief van deze cursus onze website [www.sorag.nl](http://www.sorag.nl)

