

Ausbildungsinhalte

Die Grundlagen des ayurvedischen Gesundheitskonzeptes:

- Einführung in die Philosophie des Ayurveda
- Die Grundlagen der ayurvedischen Anatomie, Doshas, Dhatus, Malas und Shrotas
- Die Bedeutung des Verdauungsfeuers Agni und der Ablagerungen Ama
- Die Konstitutionslehre Prakriti: praktisch und theoretisch
- Einführung in die Diagnostiktechniken

Ayurvedische Pathologie:

- Erkrankungen der Doshas mit praktischen Beispielen
- Krankheiten der Dhatus, der Shrotas etc.
- Klassifikation von Schmerzzuständen im Ayurveda

Ayurvedische Ernährung:

- Allgemeine Regeln der ayurvedischen Ernährung und ihren Bezug zu den Doshas
- Optimale Lebensmittel für den jeweiligen Doshabezug
- Gesundheitsfördernder Einsatz von Kräutern, Gewürzen und Lebensmitteln im Sinne des Ayurveda
- Die Wirkung von Eigenschaften (Gunas) der Lebensmittel im Körper
- Die Zyklen in der Ernährung wie Tageszeit, Jahreszeit, Klima und Lebensalter
- Die energetische Wirkung der Nahrung u. ihrer Zubereitung
- Zubereitung mit anschließender Verkostung

Die therapeutischen Ölbehandlungen:

- Grundlagen der ayurvedischen Öltherapie
- Doshagerechter Einsatz von Aromaölen
- Kräuterpäckungen zur Linderung von Rückenschmerzen
- Ayurvedische Spezialbehandlungen, wie z.B.:
 - Augenbehandlung (Netra Basti)
 - Ayurvedische Rückenbehandlung bei Bandscheibenproblemen
 - Die Bauchmassage
 - Verfahren zur Gewebestraffung (Pinda Sveda)
 - Ayurvedische Kopfmassage
 - Gesichtspackungen nach Ayurveda
 - Praxis der ayurvedischen Ölmassage
 - Der Stirmguss (Shirodhara)
 - Körper-Ölgüsse (Pizzichii)
 - Seidenhandschuhmassage

Die ayurvedische Konsultation:

- Pulsdiagnose
- Körperlicher Befund nach Ayurveda
- Zungendiagnose
- Gezielte ayurvedische Fragestellungen zur Erfassung des Beschwerdebildes



AYURVEDISCHE KUREN

Die Pancha Karma Kur:

Pancha Karma ist eine traditionelle und die wohl berühmteste ayurvedische Reinigungstherapie zum Entgiften und Entschlacken. Selbstverständlich eignet sich diese Kur auch hervorragend zur Prävention und Gesunderhaltung.

Die Inhalte:

- Aufbau und Gliederung der einzelnen Kurphasen
- Durchführung in abgemilderter Form (westliche Variante)
- Kurbegleitendes Ernährungsprogramm
- Kurbegleitende Ölanwendungen
- Ausleitende Therapien und ihre Dosha-Bezüge
- Traditionelle Behandlungsformen
- verschiedener Beschwerdebilder
- Praktische Anwendungen

Die Rasayana Kur:

Diese Kur eignet sich besonders, um Dysbalancen auszugleichen und Ernährungsfehler zu korrigieren.

Rasayanas sind Produkte aus natürlichen Bestandteilen zur oralen Einnahme. Grundlage der Verordnung ist die Bestimmung des Doshas. Die während einer Kur verabreichten Rasayanas bestehen zu 100% aus natürlichen Ingredienzien.

Die Inhalte:

- Aufbau der Kur
- Kurbegleitendes Ernährungsprogramm u. Ölanwendungen

Die ayurvedische Pflanzenheilkunde:

- Grundlagen der ayurvedischen Pharmakologie
- Anwendung der wichtigsten, hier erhältlichen Heilpflanzen in der Naturheilpraxis
- Verkostung der verschiedenen Heilpflanzen

Vastu – das ayurvedische Wissen vom Wohnen:

- Grundlagen des Vastu
- Ayurveda und Vastu
- Bisherige Studien zu chronischen Krankheiten
- Lebendige Räume – Vastupurusha
- Die 12 Naturgesetze des Vastu
- Berücksichtigung der Planeten im Vastu
- Defekte in den mitgebrachten Grundrissen nach Vastu und ihre Korrektur (praktische Anwendung)

Die Fachausbildung wird mit einer Prüfung abgeschlossen.



Wussten Sie schon...

Ayurveda ist das älteste überlieferte Gesundheitssystem. Der Ursprung von Ayurveda findet sich in der vedischen Hochkultur Altindiens, deren Blütezeit viele Jahrtausende zurückliegt. Das Wissen dieser komplexen Heilkunst wurde ursprünglich nur mündlich von Generation zu Generation weitervermittelt. Die ersten schriftlichen Aufzeichnungen sind über 5000 Jahre alt und wurden in Sanskrit verfasst.

Im Gegensatz zum westlichen Gesundheitssystem handelt es sich bei Ayurveda um ein ganzheitliches Lebenskonzept. Der Ayurveda lehrt uns, wie wir unsere Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude bis ins hohe Alter erhalten können. Er beschäftigt sich mit allen Aspekten des Lebens und untersucht, was dem Leben förderlich ist und was ihm schadet. Ayurveda ist ein natürlicher Weg, unseren Körper von Dysharmonien zu befreien und uns in ein körperliches, geistiges und seelisches Gleichgewicht zu bringen.

Ayurveda

Die Wissenschaft vom langen, gesunden Leben

Ayurveda, die indische Lehre vom langen Leben, umfasst ein weites Feld an Behandlungsmethoden zur Prävention und Heilung, um den Menschen wieder in einen harmonischen Einklang mit sich selbst und der Natur zu bringen.

Ziel ist der Ausgleich der drei grundlegenden inneren Temperamente (Doshas) durch entsprechende, individuell abgestimmte Nahrungsmittel, pflanzliche, tierische und mineralische Substanzen sowie tief reinigende und entschlackende Ölbehandlungen (z.B. Massagen, Stirnguss) und Kuranwendungen.

Die ayurvedische Medizin, die in dieser intensiven, fundierten Ausbildung gelehrt wird, gibt zudem genaue Anleitungen, wie bei einer professionellen Konsultation und Diagnosestellung vorgegangen wird (Puls- und Zungendiagnose, gezielte Fragestellungen, körperlicher Befund).

Mit Absolvierung der Fachausbildung z. **Ayurvedatherapeut/in** gehen Sie über das Wissen zur Prophylaxe und Gesunderhaltung hinaus und erlangen die Kompetenz, eine auf ayurvedische Behandlungen ausgerichtete Praxis zu führen. Das umfassende Wissen können Sie zudem in Kurkliniken und anderen ganzheitlich orientierten Einrichtungen zum Einsatz bringen.

Ayurveda kommt ohne Dogmen und invasive Methoden aus. Stattdessen erhält jeder eine ganz individuelle Antwort auf sein Wesen, seine Natur – auf das, was ihn als einzigartigen Menschen ausmacht.

Teilnehmer ohne Heilerlaubnis können ihr Wissen bei gesunden Menschen zur Gesunderhaltung und als Wellnessbehandlung anwenden und die Berufsbezeichnung **„Ayurvedapraktiker/in“** führen. Teilnehmer mit Heilerlaubnis können zusätzlich auch kranke Menschen behandeln und führen die Bezeichnung **„Ayurvedatherapeut/in“**.



FACHAUSBILDUNG Ayurveda PRAKTIKER/IN THERAPEUT/IN