

# DIPLOMADO

SEMIPRESENCIAL



## AYURVEDA

### EQUILIBRIO ENTRE LA MENTE, EL CUERPO Y EL ESPÍRITU



# CONTENIDO TEMÁTICO

#### Módulo 1. PRINCIPIOS BÁSICOS

Para la cultura hindú, el hombre está compuesto por siete principios, es una criatura de siete pliegues y siete Chacras o vínculos energéticos; debe ser entendido que desde esta constitución del hombre todo lo acaecido en su vida está marcado dentro de estas manifestaciones energéticas; y de su habitual cuidado y equilibrio depende la vida del hombre no sólo en esta existencia si en las anteriores y las futuras.

#### Módulo 2. FUNDAMENTACIÓN FILOSOFICA AYURVEDA

Para los hindúes todo lo existente está constituido de la misma esencia, y los mismos 5 elementos el gran Señor Brahman el creador de todo ha constituido la naturaleza, el hombre y todo lo existente de Panch Maha Bhootas, o elementos mayores. Estos son diferentes formas de manifestación de la energía Akaasa el ether (el espacio); Vayu (el aire); Agni (el fuego); Jal (el agua); Vrithvi (la tierra), El sexto componente es el alma, Brahman (esencia del gran señor) ya que sin el alma la vida no existe.

#### Módulo 3. NUTRICIÓN Y SALUD

Ayurveda se basa en la creencia de que nada es bueno para todo el mundo y que algo siempre es bueno para alguien. Esta creencia nace de la comprensión de que cada uno de nosotros es único. En pocas palabras, cada uno de nosotros es bioquímicamente diferente: tenemos diferentes niveles de hormonas, enzimas y neurotransmisores. Cada persona reacciona al mundo de maneras diferentes.

#### Módulo 4. PRINCIPIOS MÉDICOS AYURVEDA

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Ayurveda es el sistema de medicina tradicional y alternativa más completo que existe en todo el mundo. En el Ayurveda se tiene el conocimiento de que las diversas causas de las enfermedades provienen de la pérdida del balance saludable de la unidad integral del ser de cada persona (Doshas) y de los elementos (agua, espacio, tierra, aire y fuego).

#### Módulo 5. YOGA

Designa un sistema filosófico y práctico que quiere uncir el yo mortal a su naturaleza divina de conciencia pura. (Judith Anodea, 1998) Desde la más remota antigüedad han existido en la India y otros países orientales personas que consagran su tiempo y atención al desarrollo físico, mental y espiritual del hombre. La experiencia adquirida por varias generaciones de investigadores ha sido transmitida durante siglos de maestros a discípulos y gradualmente se ha ido elaborando una ciencia yoghi.

#### Módulo 6. MASAJE AYURVEDA

El deseo más importante del ser humano es gozar de una vida sana, feliz e inspirada. La salud está en primer lugar, ya que sin ella es imposible sentirse feliz e inspirado. Una de las claves para una buena salud es que el cuerpo sea capaz de hacer circular correctamente los nutrientes y de eliminar las toxinas de una manera eficaz.

#### Módulo 7. RECETAS Y COMPRESIONES FINALES

La medicina Ayurveda exige una dieta adecuada, pero aprender las preparaciones, los ingredientes y establecer el vínculo entre el espíritu y los alimentos permite comprensión de las propiedades terapéuticas o dietéticas de un gran número de elementos de consumo humano, así como los cambios químicos que experimentan en el aparato digestivo de las diferentes constituciones deben ser estudiadas y analizadas.

- Todos nuestros programas incluyen un certificado de asistencia. Los participantes que cumplan con la asistencia mínima requerida y los requisitos académicos, recibirán su certificado.
- La Universidad del Rosario se reserva el derecho de modificar el equipo académico de los programas de Educación Continua que estén anunciados en la programación, así como modificar el orden temático presentado en este programa, garantizado que se abordará la totalidad de temas propuestos.
- La Universidad del Rosario podrá modificar las fechas de desarrollo de los programas o de las sesiones de un programa en ejecución, en situaciones que así lo amerite. La notificación a inscritos o a los participantes de los programas se podrá hacer sin un plazo de tiempo previo estipulado, pero siempre intentando mantener un mínimo de horas previas para ello.
- Los programas de Educación Continua son educación informal, no conducen a título profesional.