



## Objetivos e formato do curso online

### 1 - Objetivos do curso online

Este curso online de Formação de Terapeuta Ayurvédico foi dividido em tópicos. Os principais são:

1. Histórico e bases filosóficas;
2. Anatomia e Fisiologia Ayurvédicas;
3. Psicologia Ayurvédica (Samkhya e Yoga);
4. Nidana e Pariksha: bases da fisiopatologia (conhecimento dos mecanismos do adoecer) e métodos de diagnóstico;
5. Alimentação Ayurvédica;
6. Swastavryta: métodos preventivos como Dinacharya (a rotina diária) e Rtucharya (rotina anual);
7. Ervas medicinais: estudo específico de várias ervas, preparações e paralelos com ervas brasileiras;
8. Panchakarma: estudo teórico e prático dos diversos métodos de aplicações internas e externas de acordo com a tradição dos textos clássicos, bem como da Ayurveda de Kerala e estudos de pesquisas modernas sobre os efeitos do Panchakarma. Neste item estão incluídos os tradicionais cinco karmas (Vamana, Virechana, Basti, Nasya e Rakta Mokshana) como também todos os processos externos tão ricos dentro do Ayurveda e de tanto potencial terapêutico. Estes métodos serão treinados no Ashram Suddha Sabha, durante os períodos presenciais de vivência no Ashram;
9. Métodos sutis como mantras, pedras preciosas, aromaterapia, cromoterapia;
10. Manejo de Prana, Tejas e Ojas com Yoga e Ayurveda.



## **Objetivos e formato do curso online**

### **1.1 - Formato do curso online**

O programa deste curso online de Formação de Terapeuta Ayurvédico é constituído por três tipos de atividades:

1. Estudo de uma série de lições escritas, divididas em tópicos. Estas lições escritas foram preparadas reunindo o material que há mais de 20 anos forma o Correspondence Course for Health Care Professionals do American Institute of Vedic Studies, dirigido pelo mundialmente reconhecido Dr. David Frawley (Vamadeva Shastri) e este material foi extensamente ampliado pelas aulas que o Dr. José Ruguê ministra em seus Cursos Presenciais. Como o Dr. Ruguê é amplamente reconhecido por sua didática para explicar e fazer entender temas de Ayurveda, Yoga e Ciência Vedica, suas explicações foram transcritas e ele, pessoalmente, revisou todo o material para que você possa ter um sólido aprendizado de Ayurveda.
2. Vídeo-aulas com o Dr. Ruguê, acessadas pelo aluno através de uma conexão tipo Banda Larga à internet ou reunindo-se em grupos nas Escolas Credenciadas pela Escola Yoga Brahma Vidyalaya para participarem em conjunto das vídeo-aulas.
3. Treinamento presencial, teórico e prático, no Ashram Suddha Sabha, com duração total de 30 dias (4 módulos de 1 semana), especialmente preparado para os alunos do curso online, ministrado pelo Dr. Ruguê, por sua equipe e pelos professores convidados.

### **Atividades complementares opcionais**

1. Estágios no Ashram Suddha Sabha durante os programas de Panchakarma e de Rasayana realizados nos pacientes, desde que previamente agendados.
2. Participação em eventos especiais promovidos pela Escola Yoga Brahma Vidyalaya como Seminários, Intensivos, Work Shops e outros, desde que o aluno atenda algum pré-requisito exigido como, por exemplo, estar no nível de estudos compatível com o tema do evento.
3. Cursos na Índia: viagem com o grupo do Dr. Ruguê para os Cursos de Extensão e os Avançados na Índia realizados anualmente ou, mesmo, orientação do Dr. Ruguê para atividades individuais na Índia.



## Objetivos e formato do curso online

4. Grupos de discussão e trocas de informações na internet entre os alunos e atividades organizadas pelos monitores das Escolas Credenciadas.
5. Como aluno da Escola Yoga Brahma Vidyalaya o aluno faz parte dessa família de pessoas que seriamente se interessam pela Ciência Védica - Sanátana Dharma - participando, de maneira especial, de toda essa Força Divina que nos impulsiona a criar novas e novas oportunidades para a prática do Dharma em nossa vida pessoal e profissional.
6. Como esse curso é uma parceria entre o Dr. David Frawley e o Dr. Ruguê envolvendo as duas Instituições - American Institute of Vedic Studies e Escola Yoga Brahma Vidyalaya - e seus parceiros em todo o mundo, o aluno terá um vínculo maior com essas respeitáveis Instituições e suas atividades abrindo um imenso campo de aprendizado e de atividades.

### 1.2 - Método

#### a) Material escrito

- Você poderá imprimir as lições escritas tal como essa que você está estudando.
- As aulas estão divididas em lições. Um conjunto de lições corresponde a um tema específico. Esse conjunto pode ser maior ou menor de acordo com a extensão e complexidade do tema.
- O curso está organizado para que o aluno estude uma lição por semana, perfazendo o total de 80 lições a serem estudadas em 20 meses ou em tempo maior, de acordo com a disponibilidade e planejamento do aluno.
- Ao final de cada tema específico, que envolverá, por exemplo, duas, três ou quatro lições, você encontrará um questionário a ser respondido ou Atividade Complementar a ser desenvolvida.
- É pré-requisito para que você possa avançar nos demais módulos do curso que você responda aos questionários de cada lição. O Dr. Ruguê e os professores do Corpo Docente da Escola Yoga Brahma Vidyalaya avaliarão o questionário e enviarão um *feedback* individual a cada aluno. As dúvidas poderão ser discutidas nas sessões de CHAT.



## Objetivos e formato do curso online

### b) Vídeo-aulas

- Você poderá acessar as vídeo-aulas conforme a sua disponibilidade de horário, pois elas são gravadas.
- Não é necessário nenhum software especial. Apenas uma conexão tipo Banda Larga à internet, tipo ADSL ou similar, para que a transmissão de imagem e som sejam adequadas.

### c) Treinamento presencial no Ashram Suddha Sabha

O Treinamento Presencial é um aspecto muito especial e indispensável do curso. Sabemos que Ayurveda se aprende na relação pessoal professor-aluno. Procuramos fazer o curso online o mais interativo possível, com os questionários e tarefas das aulas escritas e as vídeo-aulas. Mas isso se completa, na plenitude, com a vivência no Ashram Suddha Sabha durante os estudos e práticas intensivas. Faremos revisão dos temas teóricos estudados no material escrito e daremos ênfase ao treinamento dos procedimentos e técnicas do Ayurveda, além da vivência de Ashram com práticas de meditação, Pujas, Yagyas e o contato direto com a natureza, razão de ser do Ayurveda. Durante o período do curso, ou mesmo depois disso, a critério do próprio aluno, ele deverá participar dos treinamentos no Suddha Sabha, especialmente preparados para os alunos do curso online.

- Esse treinamento específico será oferecido pelo Suddha Sabha, em 4 módulos de uma semana cada, com a chegada dos alunos na sexta-feira à tarde, início das aulas no sábado pela manhã e término na próxima sexta-feira às 14 horas.
- Eles estarão disponíveis nos meses de janeiro/fevereiro e julho/agosto de cada ano. A agenda com as datas será informada previamente aos alunos.

### Pré-requisito para cada módulo intensivo no Ashram:

- **Para o Primeiro módulo:** ter finalizado ou estar finalizando os temas teóricos de Histórico, Anatomia e Fisiologia.
- **Para o Segundo Módulo:** ter finalizado ou estar finalizando os temas teóricos de Patologia, Diagnóstico e Nutrição.
- **Para o terceiro Módulo:** estar estudando os temas de ervas medicinais e Panchakarma. Neste



## Objetivos e formato do curso online

Módulo teremos o intensivo de Panchakarma onde cada aluno atua e recebe os tratamentos de Panchakarma adequados às suas necessidades.

- **Para o Quarto Módulo:** Já ter estudado pelo menos 80% das lições escritas. Este Módulo inclui a prática ambulatorial de Ayurveda e de tratamentos realizados em pacientes atendidos pelo Ambulatório de Ayurveda e Yogaterapia do Ashram Suddha Sabha.
- O aluno, após cumprir cada módulo do treinamento prático e tendo sido aprovado na avaliação, receberá uma declaração de conclusão do treinamento, com os procedimentos específicos treinados, o que lhe permitirá aplicá-los em suas atividades profissionais e pessoais.
- O Suddha Sabha definirá as datas específicas de cada treinamento com 3 meses de antecedência.
- O aluno, após ter feito algum módulo do treinamento no Suddha Sabha, poderá participar dos estágios de tratamento dos pacientes que a Clínica do Ashram Suddha Sabha oferece mensalmente, seguindo as mesmas normas usadas para os alunos dos cursos presenciais. Estes estágios não substituem as quatro semanas de treinamento prático.
- A partir do momento no qual o aluno se inscreve no curso online, passa a fazer parte do corpo discente da Escola Yoga Brahma Vidyalaya, podendo participar de todas as atividades promovidas pela Escola, de acordo com as normas vigentes, incluindo a possibilidade de trazer seus clientes ao Suddha Sabha para os tratamentos e serem remunerados por isso.

### d) Exames e avaliações

Cada conjunto de lições que englobem um tema tem, ao final, um questionário que o aluno deverá responder sozinho para se certificar de que aprendeu os pontos básicos.

Alguns módulos apresentam Exercícios especiais, que também serão realizados numa perspectiva individual. Se estes não forem feitos o aluno corre o risco de ter uma compreensão deficiente da matéria. Alguns exercícios fazem parte de um projeto evolutivo, que tem como objetivo dar ao aluno uma perspectiva Ayurvédica contínua e duradoura.

As respostas às perguntas encontram-se, geralmente, no material do curso. No entanto, algumas podem exigir uma reflexão especial, pois o curso insiste sobre o desenvolvimento da inteligência criativa e, não apenas, na simples leitura de uma resposta num livro. Se não descobrir alguma



## Objetivos e formato do curso online

resposta diretamente no material escrito, tente respondê-la por dedução criativa com base nos princípios ensinados no curso.

Queira notar que a intenção é que o curso seja completo, abrangente e empreendedor, e ensine os verdadeiros fundamentos do Ayurveda, não apenas uma introdução de alguns aspectos. Não pretende ser fácil, mas, pelo contrário, constitui um desafio para o aluno.

Caso o aluno tenha dúvidas sobre o conteúdo do curso, estas poderão ser esclarecidas por três vias:

- Através das sessões de CHAT;
- Através do feedback encaminhado pelos nossos professores às suas respostas dos questionários;
- Nas atividades presenciais no Ashram Suddha Sabha.

Se tais questões se referirem a uma fase mais adiantada que o aluno estiver estudando, elas não serão respondidas e este fato será mencionado ao aluno.

Ao final do curso o aluno receberá uma AVALIAÇÃO FINAL cuja resposta será fundamental para a entrega do Certificado de Conclusão do curso.

O curso é dividido em 4 partes:

Parte I: Origens do Ayurveda, anatomia e fisiologia Ayurvédicas e origens filosóficas do Ayurveda.

Parte II: Análise constitucional, análise do processo de doença, medidas de diagnóstico e psicologia Ayurvédica.

Parte III: Métodos de tratamento, dietas, ervas medicinais e óleos. Panchakarma.

Parte IV: Métodos de tratamentos avançados e sutis com aromas, cores, pedras preciosas, orientação e métodos para curar a mente.



## Objetivos e formato do curso online

### e) Créditos

O Certificado de Conclusão do curso será expedido em conjunto pelas duas Escolas:

- Escola Yoga Brahma Vidyalaya - [www.suddha.net](http://www.suddha.net)
- American Institute of Vedic Studies. Esta Escola receberá, na inscrição do aluno, para listagem de todos os estudantes em treinamento e os considerará seus próprios alunos, abrindo possibilidade para as outras atividades oferecidas por ela - [www.vedanet.com](http://www.vedanet.com)

Da mesma forma, o Certificado terá o selo de apoio de outras duas Instituições:

- International Academy of Ayurveda - Pune - India - [www.ayurved-int.com](http://www.ayurved-int.com)
- World Movement of Yoga and Ayurveda - [www.worldyogayurveda.net](http://www.worldyogayurveda.net)

A carga horária do curso contempla:

- Material escrito: 4 horas/aula. Total de 320 horas
- Estudos dos questionários: 2 horas/semana: Total de 160 horas
- Vídeo-aulas: 2 horas/aula. Total de 160 horas
- Aulas presenciais no Suddha Sabha: 84 horas/estágio. Total de 336 horas
- Total geral do curso: 976 horas. Esta carga horária constará no Certificado totalizando a maior carga horária dos cursos de Ayurveda no Ocidente. Os estágios opcionais no Ashram serão incluídos como carga horária extra e também constarão no Certificado.



## Objetivos e formato do curso online

### f) Livros para o curso

Nenhum livro específico é exigido para o curso. No entanto, numerosos livros são sugeridos na bibliografia, que ajudarão na expansão do conhecimento dado no curso, para quem esteja interessado em aprofundar o estudo.

O curso prepara o aluno para compreender melhor a literatura disponível que, vinda em grande parte da Índia e de fontes antigas, pode não propiciar uma base adequada à utilização do Ayurveda no nosso contexto atual. Uma vez o curso completo, o aluno será capaz de compreender os livros antigos e tradicionais na matéria.

É importante notar que o curso utiliza alguns termos técnicos em sânscrito, embora tente manter esse número reduzido ao mínimo. Alguns dos termos primordiais ayurvédicos não poderiam ser traduzidos adequadamente numa língua estrangeira. No final da primeira parte do curso, envolvendo Fisiologia e Anatomia, forneceremos um Glossário com os termos mais comuns.

Boa parte dos textos importantes do Ayurveda para treinar profissionais, ainda está em inglês e idiomas da Índia. Nossa equipe de professores e colaboradores desenvolve esforços no sentido de traduzir e publicar esses livros em português. A maior parte dos livros em português atualmente disponível trata dos níveis gerais, básicos, mais adequadas para os usuários de Ayurveda, aqueles que querem dirigir sua própria saúde pelo Ayurveda, sendo assim insuficientes para os profissionais. Por outro lado, alguns livros foram traduzidos, mas apresentam graves erros de tradução e de conceito. É preciso ter um censo crítico com eles e se pautar mais pelas orientações desse material e das aulas do que por esses livros.





## Objetivos e formato do curso online

### **g) Bibliografia**

Como o material disponibilizado no curso tem como base o CORRESPONDENCE COURSE dado pelo Dr. David Frawley é útil para o aluno ter os seguintes livros para seu estudo:

A segunda e terceira parte do curso requerem a leitura do livro “THE YOGA OF HERBS” (Dr. David Frawley e Vasant Lad, Lotus Press, 1986). O livro “AYURVEDIC HEALING, A COMPREHENSIVE GUIDE” (Dr. David Frawley, Passage Press, 1989) é também necessário e fornece boa informação no tratamento de doenças.

“NATURAL HEALING THROUGH AYURVEDA” (Dr. Subhash Ranade, Passage Press, 1993) é necessário pelo fato de facultar um resumo do estudo Ayurvédico dado a estudantes estrangeiros nos programas indianos de dois anos e, por esse meio, mostra as linhas gerais do sistema Ayurvédico.

“YOGA AND AYURVEDA: SELF HEALING AND SELF REALIZATION” (Frawley, Lotus Press, 1999)

“TANTRIC YOGA AND THE WISDOM GODDESSES: SPIRITUAL SECRETS OF AYURVEDA” (Dr. David Frawley, Passage Press, 1994) é incluído na leitura aconselhada, pois, na terceira parte do livro, demonstra a aplicação espiritual e yoguica do Ayurveda.

“FROM THE RIVER OF HEAVEN: HINDU AND VEDIC KNOWLEDGE FOR THE MODERN AGE” (Dr. David Frawley, Passage Press, 1990) providencia uma boa base para compreender e situar a Ciência Védica, embora não faça parte da leitura requerida para o curso.

“UMA VISÃO AYURVEDICA DA MENTE” (Dr. David Frawley) em português

“O SEGREDO DOS MARMAS” (Frawley, Ranade e Lele) também em português.

A Academia Internacional de Ayurveda - Pune-Índia, cujos professores fazem parte do Corpo Docente da Escola Yoga Brahma Vidyalaya, disponibiliza livros na forma de e-books, que podem ser adquiridos pela internet pelo site [www.ayurveda-foryou.com](http://www.ayurveda-foryou.com)

Há, ainda, uma vasta bibliografia em inglês que vamos recomendando no transcórre do curso, sobre temas mais específicos, como Panchakarma, ervas medicinais, diagnóstico e outros.



## Objetivos e formato do curso online

### h) Revisões do material escrito

Periodicamente, faremos revisões e ampliações do material escrito e disponibilizaremos aos alunos, informando-os sobre custos adicionais, se houver.



OM GAM GANAPATAYE NAMAHA

*Bem-vindo ao estudo desta nobre Ciência antiga. Você está prestes a embarcar em uma das aventuras do espírito humano através dos tempos. Está seguindo os passos de muitos Sábios e Yoguis, em um sistema que nos transporta às origens de todas as terapias e à origem da vida no mais profundo dos nossos corações.*

*Possa você ter a Graça da inspiração para prosseguir este estudo plenamente até o final, da forma mais criativa e benéfica para si.*

*Possa esse conhecimento ajudá-lo em sua vida e em seu crescimento e que possa ser útil no serviço a toda expressão da vida.*

NAMASTE !

Reverência ao Espírito Divino que reside em Vós!

Dr. José Ruguê  
Narayanananda Acharya  
Ashram Suddha Sabha  
Brasil

Dr. David Frawley  
Vamadeva Shastri  
Santa Fe, NM  
USA