

Formation diplômée : technicien en Ayurvéda

Une formation promue par:

- CY Surya, l'école Internationale de Yoga et Ayurveda
- Ayurveda France, le Centre International de Soins et formation
- Le Mouvement mondial pour le Yoga et Ayurveda
- La Fédération francophone de Yoga

Invité spécial et professeur : Maestro Amadio Bianchi, le Président du Mouvement mondial pour Le Yoga et l'Ayurveda

Accréditation :

La formation est reconnue par les organismes internationaux d'Ayurvéda (http://www.cysurya.milano.it/surya_eng/france.html)

Pour les étudiants Canadiens seulement :

- les techniciens en Ayurvéda pourront ensuite s'inscrire auprès de l'Association Nationale des Nathurothérapeutes de Montréal (<http://www.naturopathie.ca/>) pour avoir leur pratique être reconnue par une les assurances. La formation ainsi que les matériaux fournis seront offerts en Français.
- Soutien après la formation - les personnes suivant cette formation pourront ensuite commencer et annoncer leur pratique sous le site Ayurveda Montréal. Je suis à la recherche des personnes avec initiative, courage et amour qui pourront continuer le travail de <http://www.ayurvedamontreal.com/> pour continuer à partager et à servir les autres à travers cette science sacrée. Pour plus de détails, veuillez me contacter directement au suzana.panasian@free.fr ou info@ayurvedafrance.com.

Le but de la formation

Un Technicien en Ayurveda sera équipé avec les connaissances de base de l'Ayurveda et de ses principes fondamentaux. Ce cours vise à familiariser les participants avec les principes fondamentaux de la pratique Ayurveda intimement reliée à la pratique de Yoga. Il offrira également une base de départ pour d'autres formations plus avancées (telles que la Formation de Thérapeute en Ayurveda); Le cours vous permettra de :

- Déterminer la constitution d'une personne,
- Faire de recommandations d'ordre général par rapport au régime alimentaire et au style de vie en accord avec la constitution,
- Comprendre la manifestation de la maladie selon l'ayurvéda
- Employer le massage et le shirodhara ainsi que des méthodes subtile de traitement dans votre pratique courante.

La formation couvre les aspects principaux de la théorie ayurvéda, le régime alimentaire pour chaque constitution, les recommandations pour un style de vie en accord avec la constitution, des méthodes subtiles de guérison, la psychologie ayurvédique, etc). Elle traite également la philosophie du Yoga et de la psychologie ayurvédique, en touchant les principes spirituels pour une meilleure compréhension de la nature humaine (la théorie Samkhya, karma, les samsara, l'esprit : manas, buddhi, cita, Les 5 Koshas et les 3 corps ; les Chakras)

La formation comprend des périodes de pratique, des périodes question réponses, de la pratique de Yoga (méditation, cérémonie) et de l'analyse des cas. Les étudiants auront besoins des heures supplémentaire pour la lecture, l'étude individuelle et pour le stage.

Elle est structurée sur 140 heures de classe réparties sur 15 jours, et autres 70 heures d'étude individuel, pratique et stage. Il y aura un examen oral et un examen écrit. L'horaire sera de 9 h à 13 h et de 14 h 30 à 18 h + séances de Yoga, satsang et puja en soirée.

Dates : Le cours sera offert 2 fois en 2010, à la Liviniere, France. Le cours commencera le 17 avril, prévoyez arriver au plus tard le 16 avril. Le cours finira le 1er mai.

17 avril 17 — 1^{er} mai 2010
2 oct. — 16 oct. 2010

Coût : Le coût pour la formation de 15 jours est de € 1450. Il comprend la formation et le manuel.

Hébergement : Le cours a lieu à La Livinière, France. Accès par TGV jusqu'à Narbonne, par avion, à Carcassonne ou Toulouse. Hébergement au centre à partir de 30 € supplémentaires par jour (hébergement, repas végétarien, collations, transport de et a l'aéroport (gare) inclus). Au centre il y a une chambre de 2 personnes, une de 3 personnes et une de 4 personnes. Si vous désirez, il y a aussi la possibilité de louer une chambre, un gîte ou une maison dans le village ou alentours. Si vous nous communiquez votre intention nous pouvons vous aider a un trouver une location qui vous convient.

Enseignants :

Maestro Amadio Bianchi, Swami Suryananda, le président du Mouvement mondial du Yoga et Ayurveda, http://www.cysurya.milano.it/surya_eng/index_eng.html ;
Suzana Panasian, Thérapeute en Ayurvédà, professeur de Hatha et Raja Yoga, <http://www.ayurvedafrance.com>

Veillez faire parvenir votre demande à info@ayurvedafrance.com ou appelez le +(33) 04 68 32 59 51, ou le + (33) 09 54 51 02 07

Les inscriptions débutent en décembre 2009 avec un dépôt non remboursable de €100 pour la réservation. Les dépôts seront remboursés seulement si le cours est annulé de la part de l'organisateur.

NOTES IMPORTANTES :

- Le cours aura lieu seulement si le nombre minimum d'inscriptions est atteint.
- Cette formation est lancée cette année, ainsi, plusieurs modifications et améliorations y seront probablement ajoutées au cours de l'année.
- Le 2^e niveau (Niveau Thérapeute ainsi qu'un stage un Inde sont en train d'organisation, les détails seront affichés sur le site dès que disponibles.

Programme Formation Technicien en Ayurvéda

La philosophie :

Selon les anciennes écritures védiques, il y a un ordre dans l'univers et la raison existe dans la vie; la vie est divine et son objectif est de réaliser notre nature divine intérieure. Le cours offrira aux participants une incursion vers les aspects les plus subtils de l'être humain.

La collection de Charaka souligne l'importance des principes spirituels et fait la précision qu'une connaissance parfaite d'Ayurvéda ne fait pas nécessairement un bon guérisseur. Selon lui, un bon praticien est celui qui peut « toucher l'âme ou le Soi intérieur du patient ». Dans d'autres mots, plus on se rapproche de notre nature Divine, plus on est en santé. Il est donc dans la responsabilité du praticien Ayurvéda d'inspirer ou de réveiller les patients à leur propre nature divine intérieure. Lorsque les patients commencent à ressentir leur propre divinité et s'en sentir connectés, la guérison devient possible et les thérapies secondaires d'herbes, des changements alimentaires, de la thérapie par le Yoga, etc. peuvent être suggérées.

Le contenu :

Le premier niveau de cette formation vise à familiariser les participants avec les principes fondamentaux de la pratique Ayurvéda intimement reliée à la pratique de Yoga. Il offrira une base de départ pour d'autres formations plus avancées ; en même temps il donnera l'opportunité à l'étudiant de pouvoir introduire quelques procédures (massage, shirodhara) dans sa pratique courante.

Cette première partie du cours couvrira les principes de base de la pratique Ayurvéda

- Les doshas
- L'identification de la constitution
- L'alimentation
- Éléments de l'anatomie
- Vikriti ou la maladie
- Agni
- Ama
- Réduction progressive des doshas.
- Des méthodes subtiles de guérison (en touchant la méditation, le pranayama, les asanas)

Elle sera aussi beaucoup axée sur les principes spirituels et la compréhension de la nature humaine dans sa complexité. L'étude de certains sujets est importante dans la compréhension de la souffrance et de la maladie :

- La théorie Samkhya
- Le Karma
- Les Samskaras
- L'esprit: manas, buddhi, chitta
- Les 5 Koshas et les 3 corps
- Les Chakras

Le cours comprend des périodes de pratique, des périodes questions réponses, de la pratique de Yoga (méditation, cérémonie) et d'analyse des cas. Les étudiants

auront besoins de quelques heures par semaine pour la lecture, l'étude individuelle et pour certains travaux en groupe.

Livres nécessaires pour le cours :

- Techniques d'Ayurveda pour votre bien-être quotidien : Ses effets sur le corps et le mental, Indrajit Garai
- Yoga et Ayurvéda : Auto guérison et Réalisation de Soi par David Frawley et Girija Smith-Dulac
- Ayurveda, la vie est un équilibre : Guide complet de la nutrition et des types corporels ayurvédiques, recettes ayurvédiques de Maya Tiwari
- Santé parfaite par Deepak Chopra, Kiran Vyas, et Alain-René Gélinau
- La santé par l'Ayurvéda : Guide pratique des thérapies ayurvédiques par David Frawley et Girija Smith-Dulac

LE PROGRAMME

LA COSMOLOGIE ET LA PHILOSOPHIE DE L'AYURVÉDA

- La Fondation spirituelle de l'Ayurvéda et du Yoga, les Védas
- Qu'est-ce que l'Ayurveda, court historique
- La Cosmologie: Samkhya – Le système d'énumération de Kapila
- Les trois Gunas, ou les qualités de la matière, Prakriti
- Les principes spirituels de l'Ayurvéda
- Le Karma

LES DOSHAS ET LA CONSTITUTION

- Les 20 attributs ou qualités de la matière, les 5 éléments
- Les doshas, les éléments, les qualités, les actions, les sites et l'état aggravé
- Les facteurs qui aggravent les Doshas
- Les Doshas et les étapes de la vie, les périodes de la journée; les saisons et le climat;
- Prakriti et Vikriti
- Les 7 types de constitution ; analyse constitutionnelle, les sept types de constitution
- L'analyse de la constitution
- La psychologie du Vata, Pitta et Kapha, les Doshas et les émotions;
- Les émotions

L'ANATOMIE & L'ÉVALUATION DE LA MALADIE(1)

- Les Subdoshas; les 5 types de Vata, Pitta et Kapha, les fonctions et l'utilisation ; L'état de déséquilibre des subdoshas
- Les 7 tissus, les interrelations, les états d'excédent et déficit
- Les organes du corps, les tissus et les systèmes.
- Agni, le principe de transformation
- Ama, la matière non digérée
- Le processus des maladies, l'examen de la maladie (1): l'aggravation des doshas, les conditions Sama et Nirama
- L'analyse de Vikriti

NUTRITION + HERBOLOGIE (1)

- Classification des aliments selon les doshas
- Étude des aliments 1 : les fruits et légumes
- Étude des aliments 2 : céréales, des graines, des haricots et les noix. Les Produits laitiers et de produits animaux
- Étude des aliments 3 : Les huiles, condiments et des épices. La diète pour les trois Doshas; la diète Sattvique
- Les plantes médicinales les plus importantes: l'utilisation, les principes et les règlements
- Les Samskaras

MÉTHODES SUBTILES DE GUÉRISON

- Le Yoga, l'Ayurvéda, Le Yoga thérapeutique, Le Yoga thérapeutique ayurvédique la vraie dimension de ces disciplines

- Les trois aspects de l'esprit: chitta, buddhi, manas
- Des méthodes supplémentaires de réduction des Doshas (la peau, la respiration, les sens, les émotions, les pensées)
- Des méthodes subtiles de guérison: l'Aromathérapie et la thérapie par la couleur
- Pranayama et la guérison par le Prana
- Les mantras et la méditation dans la perspective Ayurvéda
- Les Asanas dans la perspective Ayurvéda

MÉTHODES PROGRESSIVES DE RÉDUCTION DES DOSHAS

- Les koshas, les trois corps et les 7 chakras
- Les soins progressifs de réduction de Vata, Pitta et Kapha

PROCÉDURES

- Présentation : Gunas & Doshas, la formation et la mémoire des tissus du corps
- Shirodhara – théorie et pratique
- Abyahnga – théorie et pratique