

# CURSO DE PERFECCIONAMIENTO EN AYURVEDA

## PROGRAMA

---

**CLASE 1:** Introducción a la fisiología ayurveda.  
Dathus: tejidos y sostén del cuerpo.  
Transformación de un dathu a otro.  
Los 7 dathus.  
Mala: purisha / mutra/ sweda

---

**CLASE 2:** Fisiología Ayurveda.  
El amor en los doshas  
Srotas: canales del cuerpo.  
Los 15 srotas.  
Subdoshas:  

- Vata (prana/ udana / samana / vyana / apana)
- Pitta (pachaka /sadhaka / alochaka / ranjaka /Bhrajaka)
- Kapha (kledaka/avalambaka/Bodhaka/ shelesaka/ terpaka)

---

**CLASE 3:** Dosha y factores externos: La edad como factor alterno de los doshas.  
Ojas: funciones / paraojas / aparaojas  
Prana: Alimentos sin prana.  
Agni: Tipos de agni.  
Churnas: churna vata / churna pitta / churna kapha

---

**CLASE 4:** Ama y digestión.  
Las 3 etapas de la influencia de los doshas.  
Equilibrio / desequilibrio de AMA.  
Razones por las que se debilita nuestro fuego digestivo.  
Genética y Epigenética.  
Epigenética y obesidad.  
Pulso y doshas.  
Niveles.  
Lectura.

---

**CLASE 5:** Pranayamas y doshas.  
Chakras.  
Mandalas.  
Mandalas con fin terapéutico.  
Colores como terapia.

---

**CLASE 6:** Doshas y sabores: los 6 sabores.  
Alimentación.  
Desarrollo de cada alimento equilibrante/desequilibrante para cada dosha.  
Práctico.

---

**CLASE 7:** Rasa.  
Las 9 esencias de la emoción.  
Importancia.  
Formas de trabajarlas para ser más felices.  
Vedanta: método para llegar al autoconocimiento.  
Los 5 Koshas.  
Práctico.

---

**CLASE 8:** Ley Dharma.  
El propósito de la vida.  
Pranósfera: espacio/ tiempo/ prana y mente.  
Vivir en el hoy.  
Práctico.  
Dos clases prácticos.  
Fitoterapia.  
Astrología védica.

---



