

ŠTUDIJSKI NAČRT – UVOD V AJURVEDO

| Strokovni predmeti | Vrsta ocenjevanja | ŠTUDIJSKE URE | | |
|--|-------------------|---------------|-------------------------|---------------|
| | | Teorija | Praktično usposabljanje | Skupaj |
| 1. | 2. | 3. | 4. | 6. |
| <i>Ajurvedska zgodovina, filozofija in osnovna ajurvedska načela</i> | <i>Test</i> | 24 | 0 | 24 |
| <i>Ajurvedska fiziologija, patologija in farmakologija</i> | <i>Test</i> | 58 | 16 | 74 |
| <i>Ajurvedska terapija in klinična praksa</i> | <i>Test</i> | 10 | 51 | 61 |
| <i>Zaključni izpit</i> | <i>Test</i> | 1 | | 1 |
| | Skupaj | 93 ur | 67 ur | 160 ur |

Zgodovina in filozofija ajurvede ter osnovna ajurvedska načela

Število ur: 24 ur

Teorija: 24 ur

Praktično usposabljanje: 0 ur

Cilj: Splošen pregled ajurvede kot celostnega zdravstvenega sistema glede na čas in kraj z namenom, da znanje vpeljemo v vsakodnevno življenje.

| | Glavne teme | Podteme | Stopnja taksonomije | Število ur | | | |
|----|--|---|---------------------|------------|-------------------------|--------|-------------|
| | | | | Teorija | Praktično usposabljanje | Skupaj | |
| 1. | Uvod v ajurvedo -dr. Somit (2 uri na spletu) | <ul style="list-style-type: none"> - Definicije ajurvede - Ajurveda kot duhovna, filozofska in medicinska znanost - Starodavna ajurvedska tradicija - Epidemiologija, najbolj znane zdravljene bolezni - Ajurveda v sodobnem zdravstvenem centru - Kako pravilno proučevati ajurvedo? Potrebne kvalifikacije in težave s prilagajanjem in zaznavo - Podobnosti in razlike med alopatsko in ajurvedsko medicino - Opis tečaja, pogovor o študijskem načrtu in merila Svetovne zdravstvene organizacije za ajurvedsko usposabljanje | I L | 2 | 0 | 2 | |
| 2 | Izvor ajurvede, začetki, zgodovina in trenuten | <ul style="list-style-type: none"> - Mitološki začetki ajurvede - Ustno in pisno izročilo ajurvede | I | 4 | 0 | 4 | <i>Test</i> |

| | | | | | | | |
|----|---|--|---|---|---|---|-------------|
| | <p>položaj ajurvede v svetu -dr.Dinil (2 uri na spletu, 2 uri v učilnici)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Glavna klasična besedila o ajurvedi - Razvoj ajurvede od starodavnih časov do danes - Trenuten položaj ajurvede v svetu. Države, kjer se ajurvedo uporablja in uradno priznava kot medicinsko znanost. - Dosežki pri raziskavah in klinični praksi - Ajurveda v svetu (primeri WHO, NIZ, itd) | | | | | |
| 3. | <p>Sanskrt. Pomen sanskrta v ajurvedi. Abeceda. Osnove. -dr.Dinil (4 ure v učilnici)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Zgodovinski pomen sanskrta v medicini, kulturi in filozofiji - Potreba ajurvedskega terapevta, da se nauči sanskrt - Sanskrtska abeceda – pisanje in črkovanje (pripravljeno gradivo) - Najpomembnejpi sanskrtski termini (<i>dosha, dhatu, mala, agni, ojas, prakriti, aama, koshta, samana, sodhana, vaidya, roga, aushadha, dravya, guna, veerya, vipaka, itd</i>) | I | 4 | 0 | 4 | <i>Test</i> |
| 4. | <p>Filozofske osnove ajurvede -dr.Somit Kumar (4 ure na spletu)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Znanost in duhovnost v kontekstu starodavnega indijskega izročila - Osnove vedskega miselnega procesa in filozofije - Vede in <i>shaddarshanas</i> - Povezava med ajurvedo in filozofijo - Medicina in filozofija | I | 4 | 0 | 4 | <i>Test</i> |
| 5. | <p>Osnovna ajurvedska načela- -dr.Dinil (4 ure v učilnici) dr.Arun</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Vesolje in človek - Pet elementov - Tri <i>doše</i> - Sedem <i>dhatu</i>s - Tri <i>malas</i> | I | 9 | 0 | 9 | <i>Test</i> |

| | | | | | | |
|----|--|--------|--|-----------|--|---------------|
| | &dr.Chaithanya (5 ur na spletu) | | | | | |
| 6. | Zaključni izpiti | TEST 1 | | 1 | | 1 <i>Test</i> |
| | Skupaj | | | 24 | | 24 |

GRADIVO

Klasična besedila:

| | |
|----|--|
| 1. | Ashtangahridaya (sanksrsko besedilo z angleškimi prevodi) |
| 2. | Charakasamhita (sanksrsko besedilo z angleškimi prevodi) |
| 3. | Bhavaprakasha (sanksrsko besedilo z angleškimi prevodi) |
| 4. | Legacy of Vagbhata by Dr. MS Valiathan |
| 5. | Legacy of Charaka by Dr. MS Valiathan |
| 6. | Legacy of Susruta by Dr. MS Valiathan |

Sodobna litaratura in spletni viri:

| | |
|----|---|
| 1. | Ancient Science of Life http://www.ancientscienceoflife.org/ |
| 2. | C. Dwarakanath, <i>The Fundamental Principles of Ayurveda</i> , 2003, Chowkhamba Krishnadas Academy, ISBN:81-218-004-8 |
| 3. | G. J. Meulenbeld, V. Dominick, <i>Studies on Indian Medical History</i> , 2001, Motilal Banarsidass Publishers PVT.Ltd, ISBN: 81-208-1768-0 |
| 4. | <i>Origin and history of Ayurveda, National Library of Ayurveda medicine</i> http://nlam.in |

| | |
|----|--|
| 5. | B. R. Rao, J. L. N Sastry, <i>Illustrated History of Āyurveda, according to Graduate and Postgraduate Syllabys</i> , 2008, Chaukhambha Orientalia, ISBN: 978-81-7637-066-0 |
| 6. | K. Nishteshwar, R. Vidyanath, <i>A Handbook of History of Ayurveda</i> , 2007, Chowkamba Sanskrit Series Office, ISBN: 81-7014-142-7 |

Fiziologija, patologija in farmakologija v ajurvedi

Število ur: 74

Teorija: 58 ur

Praktično usposabljanje: 16 ur

Cilj: Razumeti specifični ajurvedski vidik na anatomijo in fiziologijo, tudi patologijo. Spoznati priložnosti osnovne skrbi za zdravje, ki jo lahko ponudi ajurvedska znanost. Prejeti temeljno znanje o farmakologiji, vpogled v farmacevtsko znanost o uporabi zeliščnih, živalskih in mineralnih izdelkov.

| Nr. p.k. | Glavne teme | Podteme | Stopnja taksonomije | Število ur | | | Vrsta ocenjevanja |
|----------|--|--|---------------------|------------|-------------------|--------|-------------------|
| | | | | Teorija | Praktične lekcije | Skupaj | |
| 1. | Anatomija in fiziologija Anatomy and physiology in Ayurveda product use. -dr. Somit (14 ur na spletu) -dr. Dinil (10 ur v učilnici) | <ul style="list-style-type: none"> - Učenje/Nauki anatomije v indijski zgodovini - Koncept telesa (“<i>Dosha Dhatu Mala Moolam Sadaa Deham.</i>”) - dr. Somit - <i>Doša</i> – opredelitev, naloge, podtipi, patološke conditions - dr. Somit - <i>Malas</i> – naloge in neravnovesje -dr. Somit - <i>Agni</i> (prebavni ogenj) - dr.Somit - <i>Ojas</i> - dr. Dinil - Prebavni proces, njegova naloga v ajurvedi - <i>Prakriti</i> –dr. Dinil - <i>Marmas</i> – dr. Dinil | I | 24 | 0 | 24 | <i>Test</i> |
| 2. | Ajurdevski vidik na patologijo –Dr.Arun (8 ur na | <ul style="list-style-type: none"> - Razumevanje bolezni: <i>Nidana, Poorvaroopa, Roopa, Upasaya</i> in <i>Samprapti</i> - <i>Shadkriyakala</i> - Trije glavni vzroki bolezni | I | 12 | 0 | 12 | <i>Test</i> |

| | | | | | | | |
|----|--|--|---|----|---|----|------|
| | <i>spletu)</i> -Dr.Dinil (4 ure v učilnici) | - Sposobnost, da prepoznamo bolezni, ki niso omenjene v klasičnih besedilih. | | | | | |
| 3. | Temeljna profilaktika preventivna medicina -dr.Somit, dr.Aramya in dr.Chaithanya (9 ur na spletu) -dr.Dinil (7 ur v učilnici) | - Razumevanje zdravja v ajurvedi -Online lessons – dr. Somit - Opredelitev in znaki zdravja - dr. Somit - Dva poglobitna namena ajurvede - Opredelitev <i>Swasthavritta</i> - Deli preventivne skrbi za zdravje - <i>Dinacharya, Ritucharya, Vegas, Ahara, Nidra</i> in <i>Maithuna</i> - dr.Chaithanya, dr.Aramya - Praktično znanje: terapevtske metode <i>Dinacharya</i> - dr.Dinil | I | 12 | 4 | 16 | Test |
| 4. | Ajurvedska farmakologija -dr.Somit (6 ur na spletu) -dr.Dinil (6 ur v učilnici) | - <i>Dravya, Rasa, Guna, Veerya, Vipaka, Prabhava</i> -Dr.Somit - Nomenklatura ajurvedskih zdravil – dr. Somit /Dinil - Osnove vzgoje in nabiranja zelišč - Analiza zelišč, ki so na voljo v Sloveniji in razprava o njihovi uporabi <ul style="list-style-type: none"> • Praktično delo: prepoznavna zelišč, nabiranje, <i>herbarium</i>- • Laboratorijsko delo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Analitična fitokemija ○ Eksperimentalna in klinična farmakologija | I | 6 | 6 | 12 | Test |
| 5. | Ajurvdska farmacevtska znanost | - <i>Bhaishajyakalpana</i> : osnove - <i>Kashaya, Choorna, Thaila, Ghrita, Asava, Arishta, Gulika</i> - Težke kovine – nevarnosti in dejstva | I | 3 | 6 | 9 | Test |

| | | | | | | | |
|---------------|--|--|--|-----------|-----------|-----------|-------------|
| | –dr.Aramya (3 ure na spletu) –dr. Dinil (6 ur v učilnici) | - Praktično delo: priprava <i>svarasa</i> , <i>kwatha</i> and <i>lehya</i> | | | | | |
| 6. | Zaključni izpit | TEST 2 | | 1 | | 1 | <i>Test</i> |
| Skupaj | | | | 58 | 16 | 74 | |

GRADIVO

Klasična besedila:

| | |
|----|--|
| 1. | Ashtangahridaya (Sanskrita Teksts ar angļu tulkojumu) |
| 2. | Charakasamhita (Sanskrita Teksts ar angļu tulkojumu) |
| 3. | Bhavaprakasha (Sanskrita Teksts ar angļu tulkojumu) |
| 4. | Legacy of Vagbhata by Dr. MS Valiathan |
| 5. | Legacy of Charaka by Dr. MS Valiathan |
| 6. | Legacy of Susruta by Dr. MS Valiathan |

Sodobna literatura in spletni viri:

| | |
|----|---|
| 1. | K. Nishteswar, <i>Basic concepts of Ayurvedic pharmacology</i> , 2008, Chowkhamba Sanskrit Series Office, ISBN: 978-81-7080-280-6 |
| 2. | S. S. Babu, <i>Principles and Practice of Kāya Cikitsa, Āyurvedic Internal Medicine</i> , 2009, ISBN: 978-81-7637-0752 |
| 3. | M. R. S. Rao, <i>Salyatantra Vijnanam, Surgery in Ayurveda</i> , 2006 |

| | |
|-----|---|
| 4. | S. M. Jalaludheen, <i>Outline of Salyatantra</i> , vol.2, 2010, Center for Ayurvedic research and Studies, Aluva |
| 5. | P. V. Sharma, <i>Essentials of Ayurveda: Text and Translation of Sadasangahridayam</i> , 1998, Motilal Banarsidas Publishers |
| 6. | M. R. S. Rao, <i>Textbook of Sareera Kriya Vignanam, Physiology of Ayurveda</i> , 2005, N. R. S. Govt. Ayurvedic Collage |
| 7. | U. R. S. Namburi, <i>A Textbook of Agada Tantra</i> , 2007, Chaukhambha Publications, ISBN: 81-86937-78-1 |
| 8. | J. L. N. Sastry, <i>Dravyaguna Vijnana, Fundametal Principles of Pharmacotherapeutics in Ayurveda</i> , 2002, Chaukhambha Orientalia, Vol.1 |
| 9. | J. L. N. Sastry, <i>Illustrated Dravyaguna Vijnana, Study of Essential Medical Plants in Ayurveda, Chaukhambha Orientalia</i> , 2008, ISBN: 978-81-7637-093-6, vol.2 |
| 10. | K. R. S. Murthi, <i>Madhava Nidānam, Roga Vinascaya of Mādhavakara, A Treatise of Ayurveda</i> , 2007, Chaukhambha Orientalia |
| 11. | B. Dash, M. M. Jounious, <i>Handbook of Ayurveda</i> , 2003, Ashok Kumar Mittal |
| 12. | S. D. Seth, B. Sharma, <i>Medicinal plants of India</i> , Indian J. Med. Res., 120, 9–11, 2004 |
| 13. | S. Gerson, <i>The Ayurvedic Guide to Diet and Weight Loss: The Sattva Program</i> , 2001, Lotus Press |
| 14. | H. H. Rhyner, <i>Ayurveda: The Gentle Health System</i> , 1998, Motilal Bnardass, ISBN: 81-208-1501-7, |
| 15. | <i>Ayurvedic Pharmacopoeia of India</i> , Government of India, Ministry of Health and Family Welfare, Department of AYUSH |
| 16. | Journal of Ayurveda and Integrative Medicine |
| 17. | V. J. Thakur, <i>Diagnostic Methods in Ayurveda</i> , J.Ancient Science of Life, Jan, 1982 |
| 18. | B. Patwardhan, <i>Ayurvedic genomics: establishing a genetic basis for mind-body typologies</i> , J. Altern Complment Med, 2008 Jun;14 (5):571-6 |
| 19. | C. V. Rizzo-Sierra, <i>Ayurvedic Genomics, Constitutional Psychology and Endocrinology: The Missing Connection, The Journal of Alternative and Complementary Medicine</i> , Vol.17: 465-468, 2011 |
| 20. | B. Prasher, S. Negi, S. Aggarwal, <i>Whole genome expression and biochemical correlates of extreme constitutional types defined in Ayurveda</i> , J Trasl.Med, 2008 Sep 9;6:48 |
| 21. | C. Ahn, M. Tewari, C. S Poon, <i>The Clinical Applications of a Systems Approach</i> , PLoS Med. Jul 2006; 3(7): e209 |

Ajurvedska terapija in klinična praksa

Število ur: 61

Teorija: 10 hours

Praktično usposabljanje: 51 ur

Cilj: Študirati metode ajurvedske terapije. Poglobiti znanje v določeni specializaciji po lastnem interesu.

| Nr. p.k. | Glavne teme | Podteme | Stopnja taksonomije | Število ur | | | Vrsta ocenjevanja |
|-----------------|---|---|---------------------|--|-------------------------|-----------|-------------------|
| | | | | Teorija | Praktično usposabljanje | Skupaj | |
| 1. | Ajurvedske terapevtske metode -dr. Arun& dr. Dinil | <ul style="list-style-type: none"> - Osnovna ajurvedska terapevtska načela - Klasifikacija terapevtskih metod - <i>Santarpana</i> in <i>Apatarpana</i>; <i>Samana</i> in <i>Sodhana</i>, <i>Poorvakarma</i> (<i>Snehana</i> in <i>Swedana</i>), <i>Pradhana karma</i> (<i>Vamana</i>, <i>Virechana</i>, <i>Vasti</i>, <i>Raktamoksha</i> in <i>Nasya</i>) in <i>Paschatkarma</i>. - Postopki zdravljenja: <i>Abhyanga</i>, <i>Udvartana</i>, <i>Sirodhara</i>, <i>Pizhichil</i>, <i>Kizhi</i>, <i>Sirovasti</i>, <i>Nasya</i> (teorija in praksa) - <i>Snehapana</i>, <i>Vamana</i>, <i>Vasti</i>, <i>Raktamoksha</i> (teorija in praksa) | P | 10 ur -dr. Arun (6 ur na spletu) -dr. Dinil (4 ure v učilnici) | 34 -dr. Dinil | 44 | Test |
| 2. | Specializirano uposabljanje -dr.Dinil (16 ur v učilnici) | - <i>Usposabljanje na področju po lastnem interesu (npr. revmatologija)</i> | P | | 16 | 16 | Test |
| 3. | | ZAKLJUČNI TEST | | | 1 | 1 | Test |
| Skupaj : | | | | 10 | 51 | 61 | |

GRADIVO

Klasična besedila:

| | |
|----|--|
| 1. | Ashtangahridaya (sanksrsko besedilo z angleškimi prevodi) |
| 2. | Charakasamhita (sanksrsko besedilo z angleškimi prevodi) |
| 3. | Bhavaprakasha (sanksrsko besedilo z angleškimi prevodi) |
| 4. | Legacy of Vagbhata by Dr. MS Valiathan |
| 5. | Legacy of Charaka by Dr. MS Valiathan |
| 6. | Legacy of Susruta by Dr. MS Valiathan |

Sodobna literatura in spletni viri:

| | |
|----|--|
| 1. | Ancient Science of Life http://www.ancientscienceoflife.org |
| 2. | C. Dwarakanath, <i>The Fundamental Principles of Ayurveda</i> , 2003, Chowkhamba Krishnadas Academy, ISBN:81-218-004-8 |
| 3. | G. J. Meulenbeld, V. Dominick, <i>Studies on Indian Medical History</i> , 2001, Motilal Banarsidass Publishers PVT.Ltd, ISBN: 81-208-1768-0 |
| 4. | <i>Origin and history of Ayurveda, National Library of Ayurveda medicine</i> http://nlam.in |
| 5. | B. R. Rao, J. L. N Sastry, <i>Illustrated History of Āyurveda, according to Graduate and Postgraduate Syllabys</i> , 2008, Chaukhambha Orientalia, ISBN: 978-81-7637-066-0 |
| 6. | K. Nishteshwar, R. Vidyanath, <i>A Handbook of History of Ayurveda</i> , 2007, Chowkamba Sanskrit Series Office, ISBN: 81-7014-2-7 |
| 7. | K. Nishteswar, <i>Basic concepts of Ayurvedic pharmacology</i> , 2008, Chowkhamba Sanskrit Series Office, ISBN: 978-81-7080-280-6 |
| 8. | S. S. Babu, <i>Principles and Practice of Kāya Cikitsa, Āyurvedic Internal Medicine</i> , 2009, ISBN: 978-81-7637-0752 |
| 9. | M. R. S. Rao, <i>Salyatantra Vijnanam, Surgery in Ayurveda</i> , 2006 |

| | |
|-----|---|
| 10. | S. M. Jalaludheen, <i>Outline of Salyatantra</i> , vol.2, 2010, Center for Ayurvedic research and Studies, Aluva |
| 11. | P. V. Sharma, <i>Essentials of Ayurveda: Text and Translation of Sadasangahridayam</i> , 1998, Motilal Banarsidas Publishers |
| 12. | M. R. S. Rao, <i>Textbook of Sareera Kriya Vignanam, Physiology of Ayurveda</i> , 2005, N. R. S. Govt. Ayurvedic Collage |
| 13. | U. R. S. Namburi, <i>A Textbook of Agada Tantra</i> , 2007, Chaukhambha Publications, ISBN: 81-86937-78-1 |
| 14. | J. L. N. Sastry, <i>Dravyaguna Vijnana, Fundametal Principles of Pharmacotherapeutics in Ayurveda</i> , 2002, Chaukhambha Orientalia, Vol.1 |
| 15. | J. L. N. Sastry, <i>Illustrated Dravyaguna Vijnana, Study of Essential Medical Plants in Ayurveda, Chaukhambha Orientalia</i> , 2008, ISBN: 978-81-7637-093-6, vol.2 |
| 16. | K. R. S. Murthi, <i>Madhava Nidānam, Roga Vinascaya of Mādhavakara, A Treatise of Ayurveda</i> , 2007, Chaukhambha Orientalia |
| 17. | B. Dash, M. M. Jounious, <i>Handbook of Ayurveda</i> , 2003, Ashok Kumar Mittal |
| 18. | S. D. Seth, B. Sharma, <i>Medicinal plants of India</i> , Indian J. Med. Res., 120, 9–11, 2004 |
| 19. | S. Gerson, <i>The Ayurvedic Guide to Diet and Weight Loss: The Sattva Program</i> , 2001, Lotus Press |
| 20. | H. H. Rhyner, <i>Ayurveda: The Gentle Health System</i> , 1998, Motilal Bnardass, ISBN: 81-208-1501-7, |
| 21. | <i>Ayurvedic Pharmacopoeia of India</i> , Government of India, Ministry of Health and Family Welfare, Department of AYUSH |
| 22. | Journal of Ayurveda and Integrative Medicine |
| 23. | V. J. Thakur, <i>Diagnostic Methods in Ayurveda</i> , J.Ancient Science of Life, Jan, 1982 |
| 24. | B. Patwardhan, <i>Ayurvedic genomics: establishing a genetic basis for mind-body typologies</i> , J. Altern Complment Med, 2008 Jun;14 (5):571-6 |
| 25. | C. V. Rizzo-Sierra, <i>Ayurvedic Genomics, Constitutional Psychology and Endocrinology: The Missing Connection, The Journal of Alternative and Complementary Medicine</i> , Vol.17: 465-468, 2011 |
| 26. | B. Prasher, S. Negi, S. Aggarwal, <i>Whole genome expression and biochemical correlates of extreme constitutional types defined in Ayurveda</i> , J Trasl.Med, 2008 Sep 9;6:48 |
| 27. | C. Ahn, M. Tewari, C. S Poon, <i>The Clinical Applications of a Systems Approach</i> , PLoS Med. Jul 2006; 3(7): e209 |