



## **FICHE D'INSCRIPTION**

### **FORMATION VIKRITI VIJNANA & DRAVYA GUNA CHIKITSA 2023-2024**

**Nom :**  
**Prénom :**  
**Date de naissance :**  
**Adresse :**  
**N° de téléphone :**  
**Email :**

**Parcours professionnel :**

**Stage(s), formations(s), en Ayurvéda et autres thérapies alternatives et complémentaires :**

**Motivation(s) :**

**Ouvrages recommandés pour la formation :**

- *Prakriti*, votre constitution ayurvédique par R.E. Svoboda, Ed. Turiya
- *Traité fondamental de la médecine ayurvédique, CARAKA SAMHITA, Tome 1,2,3*, trad. Jean Papin, Ed. Almora

## Programme et calendrier de formation à TOULOUSE

### CURSUS d'approfondissement en Ayurvéda 2023-2024

Thème : *Accompagnement thérapeutique*

Sur cinq week-end et un stage de trois jours l'été

La pratique de l'ayurvéda se décline en plusieurs spécialités. **Vikriti Vijnana**, la connaissance des déséquilibres, permet au praticien de comprendre et d'évaluer les différentes expressions des doshas dans le corps selon l'état de santé de la personne, sur l'instant, à partir d'un examen détaillé.

En apprenant les propriétés ayurvédiques des épices, et plantes comestibles et médicinales, il peut aider à rééquilibrer les doshas dans le corps. Dans le cadre de l'accompagnement thérapeutique avec l'ayurvéda, le praticien, par son expertise en **Dravya Guna Chikitsa**, peut proposer des conseils d'hygiène de vie, d'alimentations et de phytothérapie ayurvédique dans un cadre cohérent, afin d'aider la personne à mieux appréhender sa nature et sa santé au quotidien.

On peut venir à un ou plusieurs modules ou bien s'inscrire à l'année.

#### **VIKRITI VIJNANA & DRAVYA GUNA CHIKITSA (150h)**

**Objectifs** : rappel des fondamentaux de l'ayurvéda, études systématiques et référencées des déséquilibres des doshas VATA, PITTA, KAPHA, étude de la Carakasamhita, connaissance de l'accompagnement ayurvédique adapté, herbalisme, préparations de formules ayurvédiques traditionnelles

**Pédagogie** : les cours comprennent une présentation théorique et une approche pratique à travers des études de cas et des mises en situation dans le but de réaliser des bilans ayurvédiques

**Travail personnel et présentation finale** : Pour les étudiants à l'année, proposition de travailler un thème, aboutissant à une soutenance orale au cours du dernier stage

Un enseignement thématique destiné à :

- \* solidifier vos bases (sutra)
- \* acquérir des outils d'examen ayurvédique (pariksha)
- \* apprendre à évaluer les déséquilibres doshiques (vikriti)
- \* explorer la pharmacopée ayurvédique (dravya guna)

Cours théoriques avec support diaporama + ateliers pratiques d'examen ayurvédique en binôme + ateliers de préparation de remèdes ayurvédiques traditionnels en cuisine + bilans pédagogiques personnalisés + sorties botaniques

#### **MODULE 1 : Les fondamentaux 30 septembre & 1<sup>er</sup> octobre 2023**

- \* Origine de l'Ayurvéda
- \* Anatomie et physiologie ayurvédique
- \* Principes de l'étiologie et de la symptomatologie ayurvédique (nidana & samprapti)
- \* Les séquences de déséquilibre des doshas (shatkriyakala)
- \* Les méthodes d'examen (pariksha)

\* Principes de la phytothérapie ayurvédique (dravya guna vijñana)

### **MODULE 2 : VATA 18 & 19 novembre 2023**

- \* Vayu dans la tradition hindoue
- \* Anatomie et physiologie de Vata
- \* Causes et symptômes des déséquilibres de Vata
- \* Vatavyadhi et Vatarakta, rhumatismes et déséquilibres nerveux selon l'ayurvéda
- \* Les plantes et remèdes ayurvédiques qui équilibrent Vata
- \* Préparation d'une huile médicinale ayurvédique traditionnelle (siddha tailam) partie 1

### **MODULE 3 : KAPHA 20 & 21 janvier 2024**

- \* Soma dans la tradition hindoue
- \* Anatomie et physiologie de Kapha
- \* Causes et symptômes des déséquilibres de Kapha
- \* Congestions respiratoires (kasa & swasa) et déséquilibres métaboliques (prameha) selon l'ayurvéda
- \* Toxines (ama) et substance vitale (ojas)
- \* Les plantes et remèdes ayurvédiques qui équilibrent Kapha
- \* Préparation d'une huile médicinale ayurvédique traditionnelle (siddha tailam) partie 2

### **MODULE 4 : PITTA 16 & 17 mars 2024**

- \* Agni dans la tradition hindoue
- \* La digestion selon l'Ayurvéda : étude détaillée des 13 feux (agni)
- \* Anatomie et physiologie de Pitta
- \* Causes et symptômes des déséquilibres de Pitta
- \* Troubles gastriques (grahani) et de la peau (kustha) selon l'ayurvéda
- \* Les plantes et remèdes ayurvédiques qui équilibrent Pitta
- \* Préparation d'un électuaire ayurvédique traditionnel (avaleha)

### **MODULE 5 : PSYCHOLOGIE AYURVÉDIQUE (BHUTAVIDYA) 18 & 19 mai 2024**

- \* La psychologie dans la tradition hindoue
- \* Étude des principes du Samkhya
- \* Anatomie et physiologie de l'appareil psychique
- \* Troubles psychiques (unmada) selon l'ayurvéda
- \* les plantes et remèdes ayurvédiques qui équilibrent le psychisme
- \* Approche symbolique
- \* Exercices de méditation

### **STAGE D'ÉTÉ 5, 6 & 7 juillet 2024**

- \* Présentation orale thématique par les élèves de la promotion
- \* Étude de cas
- \* Cadre et Posture professionnelle en Ayurvéda
- \* Législation et harmonisation des compétences

### **Votre enseignant :**

Je suis Morgan Vasoni, biologiste de formation, praticien en ayurvéda depuis 10 ans, formé en Inde à Bénarès par les dr. Mahesh Mishra et Pramod Kumar. Je

propose cette formation depuis 6 ans, si vous vous inscrivez vous serez la sixième promotion. Ma pédagogie est celle de la proximité et de l'autonomisation. Je base mes enseignements sur la tradition et la pratique clinique. Je propose un suivi adapté à chacun et considère qu'une bonne méthode d'apprentissage est essentielle.

Vous vous posez des questions sur cette formation et votre avenir en tant que praticien(ne) en Ayurveda ? Consultez-notre FAQ ou contactez-nous.

Pour toute information, et demande de dossiers d'inscription :

Morgan Vasoni  
[narayana.asso@gmail.com](mailto:narayana.asso@gmail.com)  
[www.narayana-ayurveda.com](http://www.narayana-ayurveda.com)  
06 06 46 56 65

**Tarif :**

Cursus entier / 1075€.

OU

195€ par module

275€ pour le stage d'été

Hébergement et repas non compris

## **FAQ Formation Vikriti Vijnana & Dravya Guna Chikitsa**

### **Pourquoi la formation se déroule-t-elle uniquement en présentiel et non en e-learning ?**

Outre l'aspect théorique, l'objectif de la formation est d'acquérir des outils d'examen ayurvédiques afin de déterminer les déséquilibres des doshas. Il s'agit d'observer le corps et d'acquérir de bonnes bases en prise de pouls (nadipariksha). Il y a également à chaque module, un atelier pratique : reconnaissance botanique in situ et préparation de remèdes ayurvédiques (aushadhi kalpana). Les ateliers ont lieu en ligne qu'en cas de force majeure.

### **Y-a-t-il un apprentissage de techniques de soins corporels comme le massage ayurvédique ?**

Non. Les formations aux massages et soins corporels ayurvédiques (abhyanga, pindaswedana, shirodhara, etc) font partie d'un autre cursus. Nous conseillons à la demande des écoles partenaires de formation technique en Ayurveda, dans la région Sud-Ouest, à la demande.

### **Est-ce suffisant un an de formation pour s'installer en tant que professionnel de l'ayurveda ?**

Non. Cette formation a été conçue comme un approfondissement destiné aux étudiants et praticiens déjà formés aux fondamentaux de l'ayurveda. Elle est

intégrable dans n'importe quel cursus de formation et ouvre un droit à un cumul de 150h certifiées. Il faut compter 3 à 4 ans de formation continue pour être suffisamment à l'aise et proposer des prestations auprès du public. Elle permet à tous ceux qui ont un parcours transversal (cumul de stages dans différentes écoles, e-learning, etc) d'asseoir des bases solides dans l'optique de réaliser des bilans ayurvédiques et aux autres d'approfondir leurs connaissances et leur savoir-faire.

### **Est-ce accessible aux débutants ?**

Oui. Sous réserve d'une mise à niveau en ligne organisée tout le long de l'année, consacrée à la constitution ayurvédique (prakriti) et à l'hygiène de vie selon l'ayurveda (dinacharya), d'une bonne motivation, de lectures préalables conseillées, et d'un travail constant tout le long de l'année.

### **Concrètement, quel est le contenu de la formation ?**

Nous commençons par une introduction générale à la pathologie ayurvédique (vikriti vijnana) et à la phytothérapie ayurvédique (dravya guna chikitsa) tout en posant les principes physiologiques et anatomiques de l'ayurveda. Puis, il y a un module par dosha, où nous détaillons les causes, signes et séquence de leur déséquilibre. Nous dépassons les considérations générales en évoquant les grandes afflictions (roga) explicitées dans les textes classiques (vatavyadhi, vatarakta, prameha, kasa, swasa, kustha, unmada, etc), et en listant les soins et la pharmacopée adaptés à l'accompagnement des personnes. Nous avons un module dense sur la psychologie ayurvédique (bhutavidya), ainsi qu'un stage d'année, qui consiste pour l'essentiel à s'entraîner aux bilans ayurvédiques. Il est demandé à chaque élève inscrit à l'année pour la certification de choisir un thème d'étude et d'en faire une présentation orale au cours du stage.

### **Est-ce possible de ne faire que quelques modules et pas toute la formation ?**

Oui. Le cursus propose des modules à la carte pour ceux et celles qui souhaitent approfondir tel ou tel aspect. Par exemple, nous avons vu des personnes souhaitant en apprendre plus sur leur dosha dominant en participant au module qui lui est consacré. Il y a également des étudiants et praticiens qui souhaitent uniquement participer au module sur la psychologie ayurvédique, enseignement généralement effleuré dans les cursus classiques, ou bien au stage de fin d'année consacré à la relation thérapeute-patient, afin d'acquérir des outils éthiques, législatifs et pédagogiques dans leur pratique de consultation.

### **L'approche est-elle traditionnelle ?**

Nous introduisons chaque module par des réflexions sur les écritures majeures de la tradition hindoue (véda, upanishad, purana, yogashashtra, tantra, etc). Et bien sûr, nous nous référons systématiquement aux traités classiques de l'ayurveda, principalement la Carakasamhita. Nous privilégions le contact direct avec les élèves, et le suivis personnalisé, voyant l'apprentissage de l'ayurveda comme un cheminement personnel. Nous célébrons les rites de

l'ayurvéda en respectant les convictions de chacun dans une invitation à prendre contact avec la dimension spirituelle de l'accompagnement thérapeutique.

### **Y-a-t-il un suivi des élèves tout le long de l'année ?**

L'avantage des petits groupes, c'est qu'ils nous permettent de faire un suivi personnalisé. La généralisation des applications de téléconférence nous a permis d'organiser des rendez-vous pédagogiques en ligne. L'objectif est d'acquérir un maximum d'autonomie d'apprentissage en apprenant des méthodes de recherche bibliographique scientifiques qui permettent d'accéder aisément à la littérature classique et moderne disponible en ligne. Il est nécessaire pour cela d'avoir des bases en anglais, et au besoin de parfaire son niveau.

### **Faut-il aller en Inde pour apprendre l'ayurvéda ?**

A un moment donné, il est nécessaire d'y aller. Ne serait-ce que pour s'imprégner du lieu et de la mentalité dans lesquels l'ayurvéda s'enracine. Cependant, pour espérer une formation complète uniquement en Inde, il est nécessaire d'y consacrer des années sur place. Les indiens donnent les enseignements au compte-goutte et la distance culturelle en terme pédagogique peut devenir un obstacle à l'apprentissage tant que l'on a pas intégré leur fonctionnement, ce qui demande du temps, et des séjours répétés. Ainsi, ce qui semble le plus judicieux, c'est d'effectuer dans son parcours de formation des séjours en Inde avec des objectifs pédagogiques précis (faire une cure panchakarma, apprendre des techniques de soin, rencontrer un vaidya et assister à ses consultations, faire du « terrain » avec des connaisseurs de la flore locale, séjourner en ashram, etc).

### **La formation est-elle reconnue ?**

A ce jour, l'ayurvéda n'est pas reconnue par le ministère de la santé en France, les titres et diplômes délivrés par les organismes de formation n'ont de valeur qu'usuelles et non légales. Par ailleurs, l'association Narayana est indépendante, et bien qu'elle participe avec neutralité et bienveillance, aux initiatives de regroupements professionnels, elle tient à le rester.

### **Comment intégrer l'ayurvéda dans notre pratique en France ?**

Si l'ayurvéda s'enracine culturellement en Inde, ses principes sont universels et donc adaptables à n'importe quel environnement et à n'importe quelle culture. La cuisine ayurvédique n'est pas la cuisine indienne ! Il n'y a pas de plantes « ayurvédiques », mais une flore du monde entier, y compris et surtout celle de notre jardin et de nos paysages, qu'il s'agit de regarder avec les « lunettes » de l'ayurvéda. Face aux enjeux écologiques actuels, et au déracinement des individus, il est urgent d'adapter l'ayurvéda à nos conditions de vie ici et maintenant. L'intégrer à nos saisons, nos productions et nos gastronomie locales, ainsi qu'à notre fond spirituel, qui au fond, et malgré les apparences, n'est pas si éloigné que ça de celui de l'Inde, à la différence que nous l'avons en partie « oublié ». Il s'agit donc de se souvenir, de redécouvrir et de réadapter des savoirs et savoir-faire que nous avons perdu. Nous gardons en

tête cet état d'esprit tout le long du cursus de formation afin de s'approprier au mieux l'ayurvéda dans notre réalité quotidienne.