

Dr. David Frawleys Yoga und Ayurveda Fernkurs

Inhaltsübersicht:

Einführung und Inhalte	Seite 2
Kursablauf und Zertifizierung	Seite 3
Kosten und Bestellung	Seite 4
Inhaltsliste	Seite 5
Lektürehinweise	Seite 7

Dr. David Frawleys Yoga und Ayurveda Fernkurs

Dr. David Frawleys Yoga und Ayurveda Kurs umfasst die philosophischen Grundlagen von Yoga und Ayurveda, er leuchtet die Beziehung und innere Verbundenheit der beiden Disziplinen aus und legt die ayurvedische Anwendung yogischer Praktiken wie Asana, Pranayama oder Meditation im Detail dar.

Der Kurs ist gründlich und umfassend, dabei aber allgemein verständlich geschrieben und vergleichsweise erschwinglich. Er wendet sich an Yogalehrer, Ayurveda-Praktiker, Heilpraktiker, Lebensberater, Mediziner und Therapeuten, die ihr Fachwissen um die yogisch-ayurvedische Dimension erweitern möchten. Interessierten Laien ist der Kurs gleichermaßen zugänglich. Allerdings setzt der Kurs die Kenntnis ayurvedischer Grundbegriffe und Einblick in den Yoga voraus. Formale Zugangsvoraussetzungen bestehen jedoch nicht. Der Kurs ist insbesondere für fortgeschrittene Yoga-Schüler von großem Wert, da er die Logik des yogischen Systems eingehend darlegt und das Wissen des Ayurveda für die Yoga-Praxis fruchtbar macht.

Die Ausbildung zum Yoga- und Ayurveda-Berater berechtigt zur Beratung, nicht jedoch dazu, therapeutische Anwendungen selbst durchzuführen. Dafür bedarf es in Deutschland einer expliziten Heilerlaubnis. Ein Fernkurs legt ein stabiles und umfassendes Fundament für die Praxis, ersetzt sie jedoch nicht.

Bei erfolgreichem Abschluss werden 300 Ausbildungsstunden vom American Institute of Vedic Studies zertifiziert, die zu weiterführenden Ausbildungen und Studien berechtigen.

In Deutschland arbeitet der Vedic Center mit Seva Ayurveda zusammen. David Frawleys Kurse werden von Seva als Grundausbildung anerkannt.

Inhalte

Das Kursmaterial besteht aus drei Ringbüchern zu je ca. 200 Seiten und ist in fünf thematische Abschnitte unterteilt.

- Im ersten Abschnitt werden die philosophischen und historischen Grundlagen sowie die Verbindung und Verwandtschaft von Yoga und Ayurveda dargelegt.
- Der zweite Abschnitt erläutert das achtegliedrige System des traditionellen Yoga anhand klassischer Schriften. Diese werden stets in Beziehung zum Ayurveda gesetzt.
- Der dritte Abschnitt untersucht die therapeutische Anwendung von Yoga-Praktiken innerhalb des ayurvedischen Systems.
- Der vierte Abschnitt behandelt die spezifische Ausrichtung ayurvedischen bzw. vedischen Yoga-Verständnisses.
- Der fünfte Abschnitt beinhaltet weitere, fortgeschrittene und subtile Behandlungsmethoden wie z.B. Mantra- und Marma-Therapie.

Kursablauf und Zertifizierung

Anmeldung

Sobald Sie den Kurs bestellen werden Sie am AIVS als Studierender angemeldet. Von uns erhalten Sie zunächst eine Bestätigung per E-mail und bekommen dann das die Kursmaterialien auf dem Postweg zugestellt.

Zeitraumen

Nach Ihrer Anmeldung stehen Ihnen bis zu fünf Jahre zur Bearbeitung des Kursmaterials zur Verfügung. Es empfiehlt sich jedoch, den Stoff auf höchstens zwei Jahre zu verteilen.

Prüfungen

Der Kurs ist in drei Hefte und fünf Prüfungsabschnitte unterteilt. Im Anschluss an jeden Abschnitt finden Sie Prüfungsfragen, die Sie schriftlich beantworten und per E-Mail an uns zurücksenden.

Lernkontrolle

Im Anschluss an jede einzelne Lektion finden Sie Übungen und Kontrollfragen, deren Durchführung bzw. Beantwortung Sie im ayurvedischen Wissen festigen soll. Die Lösungen dieser Aufgaben brauchen Sie nicht an uns zurücksenden, sie dienen allein der Lernkontrolle und der Vorbereitung auf die fünf Prüfungen.

Prüfungskorrektur

Wir verwenden keine Noten und kein Punktesystem. Sollten Fragen der Zwischenprüfungen oder der Schlussprüfung unzureichend beantwortet sein, dann werden wir Ihnen dies mitteilen, um eine erneute Beantwortung bitten und Ihnen Hinweise geben, wie und wo Sie Ihre Wissenslücken schließen können.

Zertifizierung

Sobald Sie die Schlussprüfung erfolgreich abgelegt haben, werden Sie vom AIVS als Yoga- und Ayurveda-Berater zertifiziert und Ihnen werden 300 Ausbildungsstunden bescheinigt, die zu weiteren Ausbildungsmaßnahmen auch praktischer Art berechtigen.

Vedic Center

Als Absolvent des Kurses werden sie auch am Vedic Center registriert. Geplant sind eine Datenbank bzw. Adressliste aller in Deutschland zertifizierter Ayurveda- und Yoga-Praktiker nach David Frawley sowie ein Forum-Bereich für fachlichen Austausch. Gleichzeitig haben Sie Zugriff auf alle unsere weiterführende Ausbildungsmodulare und -kurse sowie diejenigen unserer Kooperationspartner. In Deutschland bietet insbesondere Seva Ayurveda praktische Aufbaumodule und Spezialisierungsmöglichkeiten für unsere Absolventen an.

Kosten und Bestellung

Anmeldung, Kursmaterial, Prüfungskorrekturen und Zertifizierung kosten einmalig bei Kursbestellung 650 Euro. Die Kursgebühr können Sie auch in Raten begleichen. In begründeten Fällen gewähren wir 100€ Ermäßigung.
Weitere Kosten entstehen nicht.

Im Kurspreis enthalten sind:

- Das Kursmaterial: Drei Ringbücher in deutscher Sprache
- Den Versand innerhalb Deutschlands. (Bei Versand ins Ausland werden nur die tatsächlich anfallenden Kosten berechnet)
- Die Registrierung am American Institute of Vedic Studies
- Die Durchsicht und Korrektur der fünf Prüfungen
- Das Zertifikat des American Institute of Vedic Studies nach erfolgreichem Studienabschluss
- Die Registrierung am Vedic Center als Yoga- und Ayurveda-Berater nach Dr. David Frawley
- Die Betreuung und Beantwortung von Fragen zum Ayurveda und Yoga während des Studiums und auch danach.

Den Kurs können Sie per Email unter **mail@vediccenter.de** oder telefonisch unter der Rufnummer (030) 88 71 68 35 bestellen.

Sie haben nach Erhalt selbstverständlich das gesetzlich vorgeschriebene 14tägige Rückgaberecht.

Inhaltsliste

Überblick und Einführung
Vorwort

Abschnitt 1. Philosophischer Hintergrund

Lektion 1: Ayurveda- und Yogatherapie: ein Überblick
Lektion 2: Yoga Dharma und vedisches Wissen
Lektion 3: Kosmologischer und spiritueller Hintergrund
Lektion 4: Gunas und Elemente

Abschnitt 2. Traditioneller Yoga im Kontext des Ayurveda

Lektion 5: Das erweiterte System des Yoga im Überblick
Lektion 6: Leitfaden zu den Yoga Sutren – Teil 1
Lektion 7: Leitfaden zu den Yoga Sutren – Teil 2
Lektion 8: Leitfaden zu den Yoga Sutren – Teil 3
Lektion 9: Leitfaden zu den Yoga Sutren – Teil 4
Lektion 10: Schlüsselstellen der Bhagavad Gita und der Upanishaden
Lektion 11: Schlüsselstellen der Hatha Yoga Pradipika

Abschnitt 3. Die therapeutische Anwendung der Yoga Praktiken

Lektion 12: Die ayurvedische Anwendung von Asana - Teil 1: Asana und Sattva Guna.
Lektion 13: Die ayurvedische Anwendung von Asana - Teil 2: Körperhaltung und Doshas.
Lektion 14: Die ayurvedische Anwendung von Asana – Teil 3: Energetische Aspekte der Asana-Praxis.
Lektion 15: Die ayurvedische Anwendung von Pranayama – Teil 1: Energetische Aspekte
Lektion 16: Die ayurvedische Anwendung von Pranayama – Teil 2: Die Rolle der fünf Pranas.
Lektion 17: Die ayurvedische Anwendung von Pratyahara: Die Internalisierung von Energie.
Lektion 18: Die ayurvedische Anwendung von Dharana: die therapeutische Verwendung von Konzentration und Achtsamkeit.
Lektion 19: Die ayurvedische Anwendung von Dhyana: Meditation als Therapie.
Lektion 20: Die ayurvedische Anwendung von Samadhi: Das Bewusstsein von Einheit.

Abschnitt 4. Ayurvedischer und Vedischer Yoga

Lektion 21: Der Yoga des Ayurveda: kosmischer Hintergrund.

Lektion 22: Agni Ayurveda

Lektion 23: Agni Yoga

Lektion 24: Das Feuer der Selbstbefragung

Lektion 25: Die vedische Hinwendung zum Herzen

Abschnitt 5. Fortgeschrittene und subtile Behandlungsmethoden

Lektion 26: Mantra-Therapie - Teil 1: Grundlegendes

Lektion 27: Mantra-Therapie - Teil 2: Der Ursprung des Klangs

Lektion 28: Marma-Therapie

Lektion 29: Das Yoga der Hingabe: Bhakti Yoga

Lektion 30: Karma Yoga, Ritual und Zeit

Lektion 31: Die heilenden Energien des Tantra

Lektion 32: Kundalini und das Chakra-System

Lektion 33: Smarana: die Praxis des Eingedenkens

Lektion 34: Advaita Vedanta: Die höchste Lehre des Yoga und Ayurveda

Lektürehinweise zum Kurs

Der Kurs ein in sich geschlossener Text, der allerdings auf den Büchern Dr. David Frawleys aufbaut. Im Laufe des Studiums wird auf verschiedene Bücher im Kurs mehrfach verwiesen und deren Anschaffung wird empfohlen.

Vom Geist des Ayurveda, David Frawley, Windpferd 2003

Das große Ayurveda Heilungsbuch, David Frawley, Knauer 2005-

Das große Handbuch des Yoga und Ayurveda, David Frawley, Windpferd 2001

Yoga für Ihren Typ, David Frawley und Sandra Kozak, Windpferd 2003

Die spirituelle Praxis des Vedanta, David Frawley, Windpferd 2002

Neti. Die Heilgeheimnisse des Yoga und Ayurveda. David Frawley, Windpferd 2005

Einige weitere Werke David Frawleys sind bisher nur auf Englisch verfügbar:

Ayurveda and Marma Therapy

Tantric Yoga and the Wisdom Goddess

Yoga and the Sacred Fire