

Parcours Expert en Ayurveda

Une formation 100 % en ligne : liberté, profondeur, excellence

Dans un monde en quête de sens, d'équilibre et de santé globale, l'Ayurveda s'impose comme une réponse cohérente, profonde et durable.

Le Parcours Expert en Ayurveda est une formation professionnalisante, 100 % en ligne, conçue pour celles et ceux qui souhaitent exercer un véritable métier dans le domaine du bien-être.

Ce parcours a été pensé pour s'adapter à la réalité de la vie moderne :

- ✓ Accessible depuis partout
- ✓ Compatible avec une activité professionnelle
- ✓ Rythme flexible et progressif
- ✓ Supports pédagogiques complets et structurés
- ✓ Accès durable aux contenus
- ✓ 2 cours en visioconférence par mois pour poser vos questions et faire des études de cas

Le format digital permet d'intégrer un enseignement dense et exigeant, sans contrainte géographique, tout en bénéficiant d'un cadre pédagogique clair et professionnalisant.

Une vraie profession au service d'un marché en pleine expansion

À l'issue du parcours, vous pouvez exercer :

- En cabinet indépendant
- Au sein de centres de bien-être
- En collaboration avec des thalassothérapies
- Dans des centres thermaux
- Dans des spas à vision holistique

Aujourd'hui, les établissements haut de gamme recherchent des expertises capables d'apporter une lecture globale du client et une cohérence entre nutrition, rythme de vie, stress et soins corporels.

Le métier de praticien-ne en Ayurveda s'inscrit pleinement dans l'évolution du bien-être en France en proposant une :

- ✓ Approche préventive
- ✓ Vision globale
- ✓ Personnalisation
- ✓ Responsabilisation du client

Le Parcours Expert en Ayurveda ne forme pas simplement à des connaissances. Il forme à un métier, à une posture, à une vision.

Il s'adresse à celles et ceux qui souhaitent :

- Donner du sens à leur activité professionnelle
- Acquérir une expertise solide et structurée
- Contribuer à une santé plus consciente et durable
- S'inscrire dans l'évolution du bien-être holistique en France

Une formation exigeante, complète, ancrée dans la tradition... et tournée vers les besoins réels de la société moderne.



SATTVA

सत्त्वा



Durée et tarifs – 960h /1500 €

- 460h E-learning de vidéos et audios
- 460h de travail personnel
- 7 Tests QCM en ligne
- 10 visioconférences Questions-Réponses d'1h15 avec votre formatrice sur 1 an
- 10 visioconférences Etude de cas Flash d'1h15 avec votre formatrice sur 1 an
- Groupe whatsapp pour échanger avec les autres étudiants inscrits en parcours de Praticien Ayurvédique Expert.

Avantages du Parcours Praticien Ayurvédique Expert

- Vous accédez au même contenu théorique E-learning que le parcours de conseiller consultant en Ayurveda pour une connaissance très approfondie de l'Ayurveda mais en allant à votre rythme car il n'y a pas de date d'entrée ni de fin de formation.
- Vous pouvez suivre la formation sans avoir besoin de vous déplacer en présentiel et ainsi faire des économies de transport et d'hébergement
- Vous accédez à l'ensemble de tous les supports pédagogiques au moment de l'inscription au lieu d'un accès étalé sur 3 ans.
- Vous n'êtes pas isolé dans votre apprentissage car vous intégrez le groupe whatsapp d'étudiants en ligne et échangez de vive voix avec votre formatrice lors de 20 rencontres en visioconférence étalées sur une année.

Moyens techniques

- Plateforme d'apprentissage E-learning
- Classes virtuelles en visioconférence avec votre formatrice
- Un ordinateur est nécessaire pour assurer une qualité d'apprentissage
- Groupe d'étude entre apprenants E-learning

Appréciation de résultats

Un certificat de réalisation de l'action de formation est remis à chaque participant à l'issue de la formation et après avoir validé tous les tests d'évaluation des savoirs théoriques.

Options supplémentaires

Le Parcours Expert est essentiellement théorique et stratégique.

Pour celles et ceux qui souhaitent compléter leur expertise par la **pratique des soins corporels ayurvédiques** (abhyanga, soins spécifiques, techniques traditionnelles), des sessions à la carte sont proposées en présentiel.

Ces modules complémentaires permettent :

- D'apprendre les gestes professionnels
- D'intégrer les protocoles des soins corporels de ma « médecine-ayurvédique »
- De développer une posture thérapeutique adaptée

Il suffit de se rapprocher de l'école ou de consulter le site internet pour découvrir :

- Le contenu des formations pratiques
- Les dates
- Les tarifs

SATTVA

सत्त्वा



Vous y apprendrez

Les fondamentaux théoriques

- Philosophie et principes fondateurs de l'Ayurveda
- Étude approfondie des doshas, dhatus, agni, ama, ojas, srotas
- Anatomie et physiologie selon la vision ayurvédique
- Compréhension des mécanismes d'équilibre et de déséquilibre
- Lecture métabolique et énergétique d'un individu

L'enseignement s'appuie sur les textes classiques tout en étant structuré pour répondre aux enjeux de la société moderne.

Nutrition ayurvédique

- Analyse et évaluation de l'agni (activité métabolique)
- Construction d'une stratégie alimentaire personnalisée
- Adaptation des régimes selon les saisons, l'âge et les déséquilibres
- Compréhension des incompatibilités alimentaires
- Mise en place d'un suivi nutritionnel évolutif

L'objectif est de savoir utiliser l'alimentation comme premier levier thérapeutique.

Phytothérapie ayurvédique

- Étude des plantes majeures de la pharmacopée ayurvédique
- Indications, contre-indications et précautions
- Préparation de tisanes avec des plantes locales
- Construction de protocoles adaptés à chaque profil
- Intégration des plantes dans un accompagnement global

L'art du bilan ayurvédique

Vous développerez une véritable capacité de lecture globale de la personne.

Vous apprendrez à évaluer :

- L'activité métabolique
- La force mentale (satva bala)
- Les fragilités physiques
- Les déséquilibres dominants
- L'état des tissus et des canaux
- Les habitudes de vie

Cette compétence permet d'établir un plan d'accompagnement personnalisé et un suivi dans le temps

Accompagnement des femmes et des enfants

- Gynécologie ayurvédique
- Obstétrique ayurvédique
- Accompagnement de la grossesse
- Post-partum
- Pédiatrie ayurvédique
- Suivi du développement de l'enfant

L'approche inclut également la fertilité féminine et masculine, avec une lecture métabolique, hormonale et énergétique.

SATTVA

सत्त्वा



Psychologie ayurvédique et santé mentale

- Étude de la psychologie ayurvédique
- Analyse de la force mentale
- Compréhension des troubles psychiques
- Approche spécifique des maladies vata

Le cursus se concentre sur les maladies vata, considérées comme la base de nombreux processus pathologiques, les déséquilibres pitta et kapha s'exprimant secondairement dans des dynamiques de vata.

Vous étudierez les solutions proposées par l'Ayurveda pour soutenir la stabilité mentale, réguler le système nerveux et renforcer la résilience psychique.

Étude des processus pathologiques (Shad Kriya Kala et Shikitsa Sutra)

- Compréhension des étapes de développement de la maladie
- Étude détaillée d'une vingtaine de pathologies
- Lecture croisée entre médecine ayurvédique et compréhension moderne
- Positionnement du praticien dans un cadre complémentaire à la médecine conventionnelle

L'objectif est de pouvoir accompagner en complément d'un suivi médical, dans le respect du cadre légal.

Gériatrie ayurvédique

- Compréhension du vieillissement selon l'Ayurveda
- Préservation de l'autonomie
- Soutien cognitif et métabolique
- Adaptation nutritionnelle et phytothérapeutique

Panchakarma et cadre légal en France

- Principes du Panchakarma
- Indications et limites
- Adaptation des pratiques au contexte français
- Exercice en toute sécurité et dans le respect du cadre légal

Vous apprendrez à comprendre et structurer ces pratiques sans sortir du champ de compétence autorisé en France.

Cette formation vise à former des praticien·nes capables d'exercer avec rigueur, discernement et responsabilité, en apportant une expertise solide et cohérente dans le paysage actuel du bien-être et de l'accompagnement complémentaire.

SATTVA

सत्त्वा



Programme détaillé - Praticien Ayurvédique Expert

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX DE L'AYURVEDA

Introduction

Les trois énergies universelles (Doshas) et les cinq éléments fondamentaux (Mahabhutas) sont le point de départ de tout étudiant ayurvédique. Cela conduit à une compréhension des 20 qualités fondamentales de la vie (Gunas), la clé de la santé. La physiologie ayurvédique est conçue pour décrire les énergies subtiles et les structures fondamentales du corps humain. L'Ayurveda explique en détail la formation et la structure des sept tissus du corps et la façon dont ils fonctionnent de manière cohérente grâce à une présentation complète des concepts ayurvédiques de base : Doshas, Dhatus, Malas, Marmas, Agni, Sattva, Srotas.

Tridoshas, gurvadis gunas et profil doshique

- Les caractéristiques de la personne Vata
- Les caractéristiques de la personne Pitta
- Les caractéristiques de la personne Kapha
- La prakriti idéale et les 7 constitutions mixtes

Rythme de vie au quotidien et influence des saisons et de l'âge

- Routine quotidienne
- Routine selon les saisons
- Précautions à suivre pour prévenir les troubles liés à l'influence des saisons

Agni, la digestion et l'importance du feu digestif

- Anatomie du système digestif
- La digestion
- Perspectives ayurvédiques sur Agni le feu digestif (les organes digestifs et les doshas, les variations de feu digestifs, symptômes et causes de troubles digestifs, les traitements.)
- Les Koshta – comprendre la réactivité intestinale, les selles et leur relation avec Agni

Les 7 tissus corporels

- Fonctions et principes de fabrication des tissus corporels
- Les dhatus malas, perspectives ayurvédiques sur les déchets tissulaires
- Altération des tissus en termes de qualité et de quantité - Dhatu dushti
- Dhatu vrudhi (études des symptômes et des causes d'augmentation des tissus)
- Dhatu Kashaya (études des symptômes et des causes de diminution des tissus)

Tri malas - Les trois principaux déchets du corps

- Tri malas
- Définition et rôle des déchets corporels
- Symptômes et causes des déséquilibres liés aux émonctoires
- Perspectives ayurvédiques pour réguler le bon fonctionnement des émonctoires

SATTVA

सत्त्वा



Amas - l'état de toxicité

- Définition, facteurs à l'origine de la formation d'amas
- Etudes des symptômes évoquant la présence de toxines
- Etudes des causes à l'origine de la formation d'amas
- Association d'amas avec les doshas, les tissus et les déchets corporels

Prana, Tejas et Ojas - Les forces subtiles des 3 doshas

- Types et fonctions de Prana - le souffle de vie
- Tejas - Le forme subtile de Pitta
- Ojas - La forme subtile de Kapha
- Les perturbations de Prana, Tejas et Ojas

Introduction sur les srotas - les différents systèmes corporels

- Fonctions, racine et principes de circulation des différents systèmes corporels
- Prana vaha srotas - Canal qui transporte l'oxygène, le souffle vital
- Annavaha srotas - Canal qui transporte la nourriture
- Ambhu vaha srotas - Canal qui transporte l'eau
- Rasa vaha srotas - Canal qui transporte la lymphe
- Rakta vaha srotas - Canal qui transporte le sang
- Mamsa vaha srotas - Canal qui permet l'activité musculaire
- Medo vaha srotas - Canal qui transporte la graisse
- Asthi vaha srotas - Canal qui contient la structure et le mouvement squelettique
- Majjah vaha srotas - Canal qui transporte les nerfs et permet la communication nerveuse
- Shukra vaha srotas - Canal qui transporte les fluides reproducteurs
- Purisha vaha srotas - Canal qui transporte les excréments
- Mutra vaha srotas - Canal qui transporte l'urine
- Sveda vaha srotas - Canal qui transporte la sueur
- Mano vaha srotas - Canal lié au mental et aux émotions

ANALYSE DE LA PATHOGENESE SELON L'AYURVEDA

L'étudiant apprendra comment analyser les différents systèmes et structures du corps pour identifier les signes avant-coureurs de la maladie avant qu'ils ne deviennent des symptômes à part entière et découvrira les méthodes d'évaluation selon la science ancienne. Ce chapitre décrit comment les maladies se forment et progressent selon la logique ayurvédique, comment un individu peut passer de la santé à la maladie.

Pareeksha

- Roga Pareeksha - Analyse du déséquilibre
- Trividha Pareeksha - Les 3 grands aspects du pareeksha
- Dasha vidha atura pareeksha " Diagnostic-Ayurvédique"
- Avantage du dasha vidha atura pareeksha
- Considération de la prakriti
- Analyse de la vikriti, étude des symptômes et recherche des causes à l'origine du déséquilibre
- Observation visuelle sur la qualité et de la quantité des tissus
- Observation visuelle sur la compacité du corps
- Observation visuelle sur l'homogénéité des différentes parties du corps
- Observation visuelle de la langue, des ongles
- Observation par le questionnaire sur les bonnes et mauvaises habitudes
- Observation par le questionnaire sur l'endurance mentale
- Observation par le questionnaire sur l'activité métabolique et la capacité de digestion
- Observation par le questionnaire sur l'activité physique
- Observation par le questionnaire des habitudes alimentaires et de l'immunité

Samprapti - Etude de l'origine des déséquilibres

- Samprapti - signification, définitions et processus d'évolution des déséquilibres
- Samprapti Ghatakas - les composants de la manifestation des déséquilibres
- Pradhanya samprapti - Les doshas responsables de l'évolution des déséquilibres

Ahara chikitsa - L'alimentation ayurvédique

Les cours sur la nutrition mettent l'accent sur les aliments qui nourrissent le corps et ravissent les sens, seront abordées les techniques d'absorption maximale des nutriments qui se rapporte à un système digestif équilibré. D'autres sujets incluent la mécanique de la satiété et sa relation avec les goûts et les sens, quand, où, quoi et comment manger, les incompatibilités alimentaires, le maintien de la santé selon les bonnes et mauvaises conduites alimentaires, les différents types d'aliments selon les besoins tissulaires. Le programme alimentaire pour réguler le feu digestif, éliminer les toxines et contrôler les doshas vous permettra de cibler précisément les conseils alimentaires à proposer à vos clients.

La phytothérapie ayurvédique

L'herbologie présentera les concepts de l'énergie d'une plante et comment identifier ses propriétés curatives. Il y aura une analyse complète des plantes selon le goût, la puissance, l'effet post-digestif et ce qu'elles signifient pour votre santé. Un accent particulier sera mis sur plus de vingt herbes ayurvédiques et un certain nombre de plante que nous pouvons trouver sur notre sol français. Vous apprendrez les herbes qui renforcent l'immunité, retardent le vieillissement, améliorent la qualité de vie et maximisent la puissance de digestion. Ce chapitre vous permet d'étudier différentes plantes indiennes et françaises selon leur classification et leur énergie, comment les préparer et les administrer, ainsi que toutes les précautions à prendre.

Vidéos pré-enregistrées de consultations ayurvédiques réalisées par un Vaidya

Pour vous aider à assimiler les concepts théoriques et savoir les utiliser de manière concrète, ces vidéos vous permettent d'observer la méthode d'interrogation d'un docteur ayurvédique et de bénéficier de son explication pour comprendre l'origine d'un déséquilibre et cibler le programme d'accompagnement ayurvédique à mettre en place.

Test de validation des savoirs – Quizz avec question à choix multiples à réaliser en ligne

ASTHANGA HRIDAYA – SE SPECIALISER

Bhutavidhya - la Psychologie Ayurvédique - Étudie de l'étiologie, du processus de la maladie, de la prévention et de la gestion de divers troubles affectant l'esprit. Vous commencerez par une présentation des principes de la psychologie védique puis apprendrez la physiologie de mental pour aborder les pathologies du mental et les traitements possibles selon l'ayurveda.

Chikitsa Sutra - Gestion ayurvédique des différents systèmes corporels impactés par le déséquilibre des doshas. Apprenez l'étiologie, le processus de la maladie, la prévention et la gestion complémentaire de santé selon l'ayurveda de divers troubles affectant le système respiratoire, le système digestif, le système hydrique, le système nutritionnel, le sang, le système nerveux, le système reproducteur, le système urinaire, le système intestinal, le système de la sueur, le système musculo-squelettique, le système métabolique et adipeux. A cela s'ajoute un cours sur la gestion des troubles affectant l'esprit comme la dépression, le stress, l'anxiété, la phobie, les troubles de la personnalité et la gestion complémentaire de santé de troubles liés à l'immunité et à l'environnement.

Jara chikitsa - Ce cours sur la gériatrie ayurvédique vous permet de comprendre le processus d'évolution de la dégénérescence qui impacte à la fois le corps et le mental afin d'établir un accompagnement permettant de mieux vieillir et de réduire la souffrance des personnes âgées.

Stree roga la gynécologie ayurvédique - Il est décrit dans l'Ayurveda que la santé de toute la civilisation dépend fortement de la santé de ses femmes. Il existe des descriptions détaillées dans l'Ayurveda sur la façon de maintenir une bonne santé chez les femmes. La formation offre des connaissances en gynécologie pour étudier les problèmes gynécologiques courants. L'étudiant explore les modalités de traitement ayurvédique pour une approche préventive et complémentaire de santé des divers troubles gynécologiques.

Prasuti Tantra - L'Obstétrique Ayurvédique - L'Ayurveda conseille un régime spécial pour les soins de la femme enceinte. Il établit également certaines lignes directrices pour favoriser la naissance d'un enfant en bonne santé. Ce chapitre sur la gestion ayurvédique de la grossesse et de l'accouchement permettra à l'étudiant de connaître les règles à suivre pendant les phases de pré-grossesse, de grossesse et de post-partum.

Kaumarabhritya - La Pédiatrie Ayurvédique - Nous vous proposons dans cette formation, une immersion dans les textes anciens et adaptés à l'occident pour vous permettre d'accompagner les parents et les enfants afin de prendre soin de la vie, du nouveau-né, et ce, jusqu'à la fin de l'adolescence.

Rasayana et Vajikarana - Science de la fertilité et du rajeunissement selon l'Ayurveda - Approche ayurvédique du rajeunissement et de la régénération où l'étudiant apprendra les thérapies Rasayana et le concept de Bala dans les maladies immunodéprimées. A cela s'ajoute la perspective ayurvédique pour optimiser la santé et la puissance sexuelle de l'homme.

Panchakarma - Cure de purification par excellence de l'Ayurveda. C'est en même temps la plus extrême. Cinq processus détoxifiants séparés assurent une purification en profondeur. L'objectif de la formation est de vous former à la compréhension des différentes étapes de purification et d'être capable de proposer une cure de 10 jours en France.



gayaVEDa
ACADEMY



GAYAVEDA ACADEMY – Enseignement professionnel en Ayurveda
Sarl -Le Spa des Indes 999 000 334 00014
N° TVA Intracommunautaire. FR65 999 000 334
5, Chêne 37460 Céré-la-Ronde – www.formationayurveda.fr
06 11 44 17 36