

# Los Secretos Espirituales del Ayurveda

## Parte 3

### Capacitación con Yogi Sarveshwarananda Giri

- Examinamos las fuerzas invisibles guiando nuestro destino: el *karma* y las *gunas*.

### CURRICULUM

#### SECCIÓN 1: El karma

- 1 El *mantra Mahamrityunjaya* y los 14 paisajes mentales
- 2 El Ayurveda busca las causas raíces
- 3 Los 3 tipos de acciones
- 4 No tratan la hoja enferma, tratan la raíz
- 5 Las causas de la enfermedad
- 6 ¡El “conocimiento” de las vidas pasadas no ayuda a eliminar la ignorancia!
- 7 *Karma* y libre albedrío
- 8 Los 4 tipos de *karma*

#### SECCIÓN 2: Las tres *gunas* – aspectos generales

- 1 ¿Que es la filosofía?
- 2 Los seis sistemas de la filosofía hindú (*sad darshana*)
- 3 Características generales de las *gunas*
- 4 El estado más allá de las *gunas* (*trigunatita*)
- 5 Tabla de correspondencias de las *gunas*
- 6 La significación profunda del *jñana mudra*

#### SECCIÓN 3: Las tres *gunas* – aspecto específicos

- 1 Características mentales de las *gunas*
- 2 Historia metafórica: los tres ladrones
- 3 Características de la *guna tamásica*
- 4 Características de la *guna rajásica*
- 5 Características de la *guna sáttvica*
- 6 Evolución en espiral de las *gunas*
- 7 Terapias de acuerdo de las *gunas*
- 8 Experimento mental: como decir la verdad sin causar sufrimiento

## SECCIÓN 4: Integración

- 1 Como manejar las *gunas* a través de la meditación
- 2 Relación entre las *gunas* y la comida
- 3 Como correlacionar *gunas* y *doshas*
- 4 Como progresar en la vida espiritual
- 5 Introducción al arte de tomar el pulso, y conclusión