

Formación en Shirodhara Satva Ayurveda

INSCRIBITE

Facilita: Carolina Farkouh

Terapeuta Ayurveda - Instructora Internacional

Certificación en Shirodhara: Tratamiento Ayurvédico



¿Conoces la medicina Ayurveda?

El Ayurveda es la medicina tradicional de la India que se define como la ciencia de la longevidad y el bienestar.

Con más de 5000 años, es uno de los sistemas curativos naturales más completos del mundo, tratando el cuerpo, la mente y la consciencia. Está muy unido a la meditación y al yoga.

Shirodhara es una de las terapias más importantes del Ayurveda

Shirodhara es un procedimiento ayurvédico que consiste en la aplicación continua de un fluido sobre la cabeza. La palabra “dhara” significa goteo o fluido y “shiro” significa cabeza.

Consiste en la aplicación suave y continua de aceite tibio en la frente sobre el entrecejo (tercer ojo). algo que resulta muy relajante. También se utilizan otras sustancias como la decocción de leche medicada con especias..

Shirodhara se utiliza para eliminar el estrés, promover la relajación profunda y equilibrar la mente y el cuerpo. Es conocido por sus beneficios terapéuticos: alivia la ansiedad, el insomnio, los dolores de cabeza y mejora la claridad mental

Esta forma de terapia ayurvedica es apreciada por su capacidad para inducir una sensación de paz y bienestar.



¿Cómo se organiza la Formación?

- Tiene un desarrollo teórico y práctico.
- El 70% del Curso corresponde a actividades prácticas y el 30% a clases teóricas.
- Pondremos énfasis en la práctica de la técnica enseñada, al igual que la elección y el uso de aceites y esencias para el masaje.

Cursada

- 1 fines de semana intensivo.

Modalidad

- **Presencial.**
- **1 fin de semana completo.**
- **El curso es regular y las clases son correlativas por lo que no se pueden tomar clases sueltas.**

Fechas

Diciembre

Sábado 2 y Domingo 3

Horario

Mañana: 9 a 13hs.

Almuerzo: de 13 a 14.30hs.

Tarde: de 15 a 19 hs.

Lugar: San Isidro

Certificación

Te otorgaremos la Certificación al finalizar satisfactoriamente éste período de formación y evaluación.

Condiciones Generales:

Requisitos para inscribirse

- No es necesario tener experiencia previa.
- El compromiso de mantener practicas regulares de armonía mental como meditación y pranayamas para mantenerse en un estado de Sattva, pureza
- Evaluación teórica y práctica para finalizar el curso.

Cuestiones Económicas

•Valor: 200 USD o \$175.000

•Alumnos y ex alumnos de la Formación de Terapia de Puntos Marma y de la Formación de Abhyanga:

175 UDS o \$154.000

• valores hasta el 21 de octubre, sujetos a cambios después de esa fecha.

•Para reservar tu lugar se requiere el pago total por anticipado

*En caso de que hayas abonado y decidas no hacer la formación, el pago no tiene devolución. El dinero quedará a cuenta para futuras formaciones.

Los cursos de terapias ayurvedicas se dan en grupos reducidos. Los lugares son limitados para el correcto aprendizaje de las técnicas manuales, por lo que te aconsejamos que te anotes lo antes posible.

Los objetivos:



En este curso práctico y teórico aprenderemos:

- A despertar el interés hacia el conocimiento ayurvédico.
- A desarrollar la percepción intuitiva y la capacidad de prestar atención.
- A movernos con sumo cuidado y respeto.
- A cuidar nuestro propio cuerpo como terapeutas con rutinas de autocuidado
- A tratar a todos por igual, dar las bases mínimas para una práctica segura de la terapia y adquirir la propia habilidad para mantenerse centrado, fluido y presente.
- Reconocer la importancia y el rol de la terapia Shirodhara en el cuidado y la promoción de la salud.
- Identificar cómo brindar la terapia Shirodhara de acuerdo a la edad, al dosha y al estado de la persona que lo recibe.
- A equipar nuestro propio consultorio
- Tener conocimiento de los aceites y leches indicados en cada caso.
- Integrar la técnica Shirodhara con respeto y a honrar el poder de transformación del contacto, con amor.

¿De qué trata la parte teórica?

Introducción al Ayurveda

Que es el Ayurveda, su historia y origen

Fundamentos del Ayurveda: Panchamahabuthas, Gunas y Doshas

Funciones fisiológicas - Las desarmonías

Prakriti y Vikruti

Anatomía y Fisiología Básica

Las bases de la alimentación Ayurvedica

Los seis sabores (rasas) y los cinco elementos

Indicación de alimentos para los tres Doshas

Dinacharya y Ritucharya

Generalidades del masaje Ayurvédico

Mecanismos fisiológicos del masaje

Indicaciones y contraindicaciones

¿De qué trata la parte práctica?

Shirodhara: Maniobras y aplicación

Uso de aceites; aceite medicado y uso de cuenco de Shirodhara

Técnicas de masaje

Shirodhara – Masaje en la cabeza y cuello hombros luego el goteo de aceite.

Masaje facial de relajación y rejuvenecimiento.

Auto masaje

Cuidados del Terapeuta

¿Cuál es la metodología del curso?

- 1) Parte teórica (durante la primera hora).
- 2) Preguntas/ respuestas relacionadas con casos concretos y personales.
- 3) Parte práctica con demostraciones por parte de la profesora y estudiantes.



¿A quiénes está dirigido?

- Personas comprometidas con su propio desarrollo espiritual y con el bienestar de los demás.
- Terapeutas y Profesionales de la salud que quieran incorporar nuevas técnicas de sanación.

¿Qué debes traer?

- Cuaderno y bolígrafo para tomar apuntes.
- Ropa cómoda para practicar, que no limite los movimientos.
- Remera de manga corta, que permita a los antebrazos y codos estar descubiertos.
- Broche para el cabello
- Tu propio Shirodhara Pot (no excluyente)
- Camilla, solamente en el caso de ya tener una. (no excluyente)

Instructora:



Carolina Farkouh

En el año 2008 comencé mi camino de sanación y autoconocimiento, donde profundicé en el conocimiento Védico: meditación, Hatha yoga, Sudarshan Kriya, Medicina Ayurveda, alimentación Ayurveda y el Masaje Ayurvédico Abhyanga.

En el año 2010 me formé en Ayurveda con la Dra. Susana Urrutia Chile y me dediqué a tiempo completo a brindar Cursos de Meditación, Yoga y Respiración como representante Internacional de la Fundación "El Arte de Vivir" en Argentina, Venezuela y Canadá.

En el año 2012 me certifiqué en la Técnica de Masaje Shantala, Masaje ayurvédico Abhyanga y Terapia de Puntos Marma en la Fundación de Salud Ayurveda Prema.

Y ese año inauguré mi Centro Holístico al que llamé *Satva Ayurveda & Bienestar*

Viajé por el Mundo enseñando Ayurveda, alimentación, técnicas de masajes y terapias holísticas y brindando consultas de salud.

En 2014 viajé a Bangalore, India, al Centro de Panchakarma de Sri Sri Ayurveda donde descubrí nuevas técnicas para traer a la Argentina.

Al regresar de India me fui a vivir al Ashram de Montreal, Quebec- Canadá donde me certifiqué en más de 15 tratamientos ayurvédicos y tuve la oportunidad de trabajar como terapeuta Ayurveda en el centro de Panchakarma durante la visita de Sri Ravi Shankar brindando tratamientos al público Internacional.

En 2017 junto al nacimiento de mi hija, creé cursos sobre Ayurveda y Maternidad y cuidados ayurvédicos para el embarazo, postparto y del recién nacido.

En 2018 me certifiqué como Coach Ontológica en Axon Training e integré el Coaching al Ayurveda, compartiendo charlas y consultoría en Health coaching, calidad de vida y hábitos saludables.

Mi vida es apasionante. me encanta viajar, capacitarme, observar, aprender, descubrir e integrar los conocimientos a mi vida diaria y a la vida de los demás.

Mi misión es la de Comunicar y acompañar a las personas a alcanzar un estado de plenitud y Paz interior.

Actualmente brindo cursos, formaciones, charlas y certificaciones en Masajes y terapias ayurvédicas para principiantes y profesionales de la salud, cursos de masajes Shantala para bebés, cursos y capacitaciones para empresas, retiros de salud y espiritualidad, cursos de meditación, yoga y técnicas de respiración. clases de Feng Shui, y sesiones personalizadas de coaching ontológico, health coaching y terapias ayurvédicas.

¡Es un honor para mí que seas parte de mi Formación en Terapia Shirodhara!

¡Nos vemos en Clase!

Caro Farkouh

Organiza: Satva Ayurveda
Inscripción: +5411 3010-5353
consultas@satvaayurveda.com

Satva  Ayurveda