



GANESHA SEMINARS

Birgit Deißinger

Heilpraktikerin

Klassische
Homöopathie

Ayurveda

Ohrakupunktur
EFT/ PET/ SET

Vogt Heß Str. 10

71083 Herrenberg

www.praxis-deissinger.de

Ayurveda für mich- Ayurveda für unser gutes Leben



-5-teiliger Grundlagenkurs Ayurveda - 2018

Ayurveda ist das Wissen (Sanskrit -Veda) vom guten Leben (Sanskrit-:,Ayur' oder ,Ayus') im Gleichgewicht. Neben allerhand Praktischem zur täglichen Lebensführung vermittelt dieses Seminar die Prinzipien der jahrtausendalten ayurvedischen Lehre bis in der Tiefe. Der Mensch wird als eine Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet. Die drei wichtigsten Pfeiler des Gesundwerdens und der Gesunderhaltung sind somit Ernährung, Verhalten und Psyche.

Das Seminar ermöglicht ein ganzheitliches Verständnis der Grundbegriffe, die im Ayurveda verwendet werden. Der Lehrstoff fundiert auf Textstellen alter ayurvedischer Originalschriften. Der Ernährungsweise nach Ayurveda wird bezugnehmend viel Platz eingeräumt und bildet ein Schwerpunkt. Kleine Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen in den Lernpausen verankern das Gelernte im tieferen Bewusstsein.

- Zielgruppe:** Für alle wissensdurstige Menschen - zur allgemeinen Anwendung im unmittelbaren Familien u. Freundeskreis. Für Yogalehrer, alle Heil-, Pflege-u. Kosmetikberufe, etc..
- Fachabschluss:** Ein Fachabschluss kann (muss aber nicht) mittels einer mündlichen Prüfung (letzter Freitagabend) und der rechtzeitigen Abgabe einer schriftlichen Facharbeit absolviert werden. Mit einem Praktikum bei einer Kurwoche wird das Wissen noch ergänzt.
- Seminartermine:** 5 Wochenenden im Jahr 2018: 29.6.-1.7./ 20.-22.7./ 21.9.-23.9./ 23.-25.11./ 7.-9.12.
- Seminarzeiten:** Fr.,19.00.-21.30/ Sa.,9.00-12.30+15.00-18.00/ So.,9.00-12.30+14.00-16.00
- Anreise:** jeweils Freitag 18 Uhr (mit Einladung zur Abendsuppe)
- Seminarort:** Haus am Wartberg, Künzelsau
- Kosten Seminar:** Frühbucherpreis 950 € bei Buchung bis spätestens bis 15. Mai, danach 1050 € (inkl. ausführlichem Skript) für alle 5 Wochenenden (Gesamtseminar)
- Prüfungsgebühr:** 50 € zusätzlich für alle, die eine Prüfung absolvieren möchten (Festessen inkl.)
- Unterkunft:** Gemeinschaftliche Nutzung des „Hauses am Wartberg“ in Künzelsau. Einfache, nette Unterkunft (vorwieg. Zweibettzimmer /ein Einzelzimmer vorhanden)
- Kosten f. Unterkunft:** Pro Wochenende 50 € /Person für 2 Nächte im 2-Bettzimmer. (dto. 70 € im Einzelzimmer)
- Verpflegung:** Die Verpflegung ist Privatsache der Teilnehmer. Auf Wunsch kann bei gegenseitigem Einverständnis in der privaten Mittagspause gemeinsam gekocht und das Wissen praktisch umgesetzt werden. Das Seminar ist kein Kochkurs. Die Lebensmittelkosten werden umgelegt. Bitte etwas Bargeld (ca. 15 – 20 € /Tag) bereithalten.

Wichtigster Auszug aus dem Lehrplan:

- Ursprung und Entstehungsgeschichte des Ayurveda.
- Die fünf Elemente (Mahabhutas), die das Universum, alle Lebewesen und auch unsere Nahrung bilden und prägen.
- Die Doshas (Lebensenergien), Rasa (Geschmack) und Gunas (Eigenschaften).
- Agni (Verdauungsfeuer) und die Verdauungsvorgänge im Menschen. Ama (Schlackenstoffe) und Mala (Ausscheidungsstoffe) und der Erhalt des Lebens durch eine gute Verdauung.
- Unsere Dhatus (Gewebe), und Upadhatus (Nebengewebe).
- Die ayurvedische Fallaufnahme und Diagnose (Nidana).
- Erkennen, Einordnen, Analysieren der Konstitution (Prakrti) und der Störung /Ungleichgewicht (Vikrti) bei sich selbst, bei anderen und die daraus resultierenden Konsequenzen für die Änderung des Lebensstils, des Verhaltens und der Ernährung.
- Grundregeln der ayurvedischen Ernährung mit praktischen Übungen (Kochdemos).
- Gewürzkunde, die ayurvedische „Küchenapotheke“ und die ayurvedische Hausapotheke.
- Einzelne Nahrungsmittelgruppen, Tridosha-Menu- Zusammenstellungen für eine Familie oder Gruppe und für versch. „Dosha-Kombinationen“. Ernährung zu den Jahreszeiten, Altersgruppen,etc.
- Auswirkung verschiedener Nahrung auf Körper und Geist . Begriffe: Sattwas, Rajas, Tamas.
- Unverträgliche Nahrungsmittelkombinationen.
- Gesundheitsprophylaxe durch richtiges Verhalten allgemein, beim Essen, zu den Tages- und Jahreszeiten und zu bestimmten Lebensabschnitten.
- Erlernen und Einüben einer ayurvedische Ganzkörpermassage (Abhyanga)- solo u. synchron. sowie einem Stirnölguss, einer Fuß- und einer Gesichtsmassage. Auf Wunsch falls es genügend Zeit gibt, auch noch weitere Anwendungen.

Ausführende Lehrkräfte:

Zu meiner Person:



Birgit Deißinger, ausgebildete Heilpraktikerin seit 1995 –zunächst mit Schwerpunkt Klassische Homöopathie. Durch meinen 4-jährigen Aufenthalt in Indien von 1007-2001 und nachfolgendem Arbeiten für das Tsunami-Projekt Homöopathen ohne Grenzen Kennenlernen von ayurvedischen Ärzten und deren Therapie.

Nachfolgend Ausbildung zunächst zur Ayurveda-Lebensberaterin, nachfolgend zur Ayurveda-Therapeutin bei Heike Seegebarth im Ayurvedahaus an der alten Linde am Bodensee.

In den Jahren danach mehrmals 4 wöchentliche Aufenthalte zum Studium der alten Schriften, sowie praktischer Anwendung im **Sreepadam Ayurveda Chikitsalam** bei Prof. Dr. K. Sasidharan (Direktor des ayurvedischen Regierungs-Krankenhauses in Nangeli, welches gleichzeitig eine universitäre Ausbildungsstätte für ayurvedische Ärzte ist). und dessen Sohn Dr. Praveen Kumar.



Spezieller Gast:

Ich freue mich, **Andrea Zoller**, Autorin von „**Heilpflanzen der Ayurvedischen Medizin**“ (erschieden im Narayana Verlag), Yogalehrerin, Heilpraktikerin für Ayurveda und Klassische Homöopathie, an manchen Wochenenden als Gast willkommen zu heißen. Andrea Zoller wird Teile des Seminars, insbesondere zur Kräuterheilkunde, mit gestalten.

Anmeldeformular:

Hiermit melde ich mich für den Kurs: „Ayurveda Grundlagen- & Ernährungs-Seminar 2018“ an:
Anmeldung bitte schriftlich per Post oder per Mail über: kontakt@praxis-deissinger.de

Name:

Straße

PLZ/ Stadt

Telefon

Mobiltelefon

E-Mail

- Ich möchte im Haus übernachten und bin einverstanden ggf. ein Zimmer mit einer mir unbekanntem Person zu teilen. (Gemeinschafts-Bad und separate Toilette auf dem Flur).
- Ich möchte gerne zusammen mit den anderen Teilnehmern an der Privatverpflegung teilnehmen.
- Ich kann meine eigene Yogamatte und Sitzhilfe zum Meditieren mitbringen.
- Ich habe die **AGB's** (s. unten) gelesen und akzeptiere diese!

Datum

Ort

Unterschrift

Bankverbindung :

Birgit Deißinger

Stichwort: AYU – Seminar 2018

Kto. Nr. 9783008; BLZ 60391310; Volksbank Herrenberg

IBAN: DE89603913100009783008 ; BIC: GENODES1VBH

Regelungen(AGB's): Die Anmeldung wird erst mit der Überweisung rechtskräftig. Ich bitte darum den Frühbucher -Gesamtbetrag von 950 € (190 €/Wochenende) bei Konto-Eingang bis 15. Juni zu überweisen. Spätere Nachmeldungen (Kosten dann 1050 €) sind nach telefonischer Anfrage bei freien Plätzen noch nachträglich möglich.
Die Buchung einzelner Wochenenden ist nicht möglich. Eine begründete Stornierung ist bis 3 Wochen vor dem Termin noch möglich und alle Kosten werden zurück erstattet. Bei Storno kurzfristiger als 14 Tage werden 300 € als Storno-Gebühr fällig und einbehalten. Bei Storno von weniger als 7 Tagen vor dem ersten Seminartermin werden 600 € als Stornogebühr einbehalten.
Es gibt jedoch die Möglichkeit einen Ersatzteilnehmer zu stellen.
Sollte wegen Krankheit oder aus anderen Gründen das Seminar (oder einzelne Seminartage) nicht stattfinden können, werden diese an einem Ersatztag,- oder Ersatzwochenende nachgeholt. Sollte der Unterricht ganz od. teilweise ausfallen, werden die Kosten anteilig der Ausfalls-Tage zurückerstattet.

Anmerkung:

Falls Sie am Seminar teilnehmen möchten und es Ihnen nicht möglich sein sollte, gleich den vollen Betrag aufzubringen sprechen Sie mich bitte auf eine individuelle Lösung an. Ratenzahlung per Lastschriftmandat kann vereinbart werden.

Zur Kenntnisnahme:

Der Seminarinhalt sowie die Berufsbezeichnung des Lebens- und Ernährungsberaters befähigt zum Erkennen von Konstitution und Ungleichgewicht und gibt Anleitung hinsichtlich der Regulation von Ungleichgewicht. Jedoch befugt dieses Wissen für „Nicht-Heilberufe“ nicht zur Behandlung schwerer Erkrankungen!!!

Die Teilnehmer sind in die Pflicht genommen, dies zu beachten und verantwortlich mit dem Erlernten umzugehen!