



EISRA - Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut

Copyright © 2026 EISRA. Alle rechten voorbehouden.

Studieonderwerpen – Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut (1 jaar)

Tijdens de opleiding wordt een brede en gedegen basis gelegd in de klassieke principes van Ayurveda. Studenten leren Ayurveda niet alleen kennen als een verzameling theoretische begrippen, maar leren geleidelijk Ayurvedisch naar de mens, gezondheid en het ontstaan van verstoringen te kijken.

Daarbij staat het begrijpen van de mens als geheel centraal. Er wordt gekeken naar de individuele constitutie, het functioneren van het lichaam, spijsvertering en stofwisseling, de opbouw en voeding van de lichaamsweefsels, uitscheiding, voeding, leefstijl, dagelijkse gewoonten en de invloed van klimaat en seizoenen.

Een belangrijk uitgangspunt binnen Ayurveda is dat gezondheid niet uitsluitend betekent dat er op dit moment geen ziekte aanwezig is. Een belangrijk deel van Ayurveda richt zich juist op het behouden van gezondheid en het voorkomen van ziekte.

Studenten leren daarom welke factoren volgens Ayurveda gezondheid ondersteunen en welke factoren kunnen bijdragen aan het ontstaan en toenemen van doša. Zij leren algemene tekenen van een verstoring van vāta, pitta en kapha herkennen en leren hoe voeding en leefstijl vervolgens gericht kunnen worden ingezet om deze verstoringen te verminderen en verdere ontwikkeling ervan zoveel mogelijk te voorkomen.

Vanuit deze kennis leren studenten Ayurvedische voedings- en leefstijlprotocollen op te stellen die rekening houden met de constitutie, de aanwezige verstoring, agni, dagelijkse gewoonten, het seizoen en de individuele omstandigheden van de persoon.

Naast voeding en leefstijl wordt aandacht besteed aan praktische Ayurvedische toepassingen, waaronder abhyanga en svedana. Deze worden niet als losstaande wellnessbehandelingen bestudeerd, maar binnen het bredere Ayurvedische kader van gezondheid, preventie en het ondersteunen van het lichamelijke evenwicht.

1. Introductie tot Ayurveda

De opleiding begint bij de fundamentele vraag: wat is Ayurveda?

We bestuderen de klassieke definities van Ayurveda, leven en gezondheid en kijken naar de doelstellingen van Ayurveda. Daarbij wordt aandacht besteed aan zowel het behouden en bevorderen van gezondheid als het begrijpen van factoren die kunnen bijdragen aan het ontstaan van ziekte.

De mens wordt binnen Ayurveda niet uitsluitend als een lichamelijk organisme beschouwd. Lichaam, zintuigen, geest en bewustzijn worden in samenhang bestudeerd. Studenten maken hierdoor vanaf het begin kennis met het bredere mensbeeld waarop de klassieke Ayurveda is gebaseerd.

Daarnaast wordt aandacht besteed aan de Vedische oorsprong van Ayurveda, de vier Veda's en de bredere levensdoelen die binnen de Indiase traditie worden beschreven.

Hiermee wordt het fundament gelegd voor het Ayurvedische mens- en wereldbeeld dat gedurende de rest van de opleiding verder wordt opgebouwd.

2. Geschiedenis en klassieke werken van Ayurveda

Om Ayurveda goed te kunnen begrijpen, is het belangrijk te weten waar deze kennis vandaan komt.

Studenten maken kennis met zowel de traditionele oorsprong als de historische ontwikkeling van Ayurveda en met de belangrijkste klassieke werken waarop een groot gedeelte van de Ayurvedische kennis is gebaseerd.



EISRA - Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut

Copyright © 2026 EISRA. Alle rechten voorbehouden.

Daarbij worden de drie grote klassieke werken behandeld:

- * Charaka Saṃhitā
- * Suśruta Saṃhitā
- * Aṣṭāṅga Hṛdaya

Deze worden gezamenlijk aangeduid als de Bṛhat Trayī, de 'grote drie' van de klassieke Ayurvedische literatuur.

Daarnaast wordt kennisgemaakt met werken uit de Laghu Trayī, waaronder:

- * Śārṅgadhara Saṃhitā
- * Bhāvaprakāśa
- * Mādhava Nidāna

Ook worden de acht klassieke onderdelen van Ayurveda besproken, waaronder interne geneeskunde, chirurgie, aandoeningen van hoofd en zintuigen, kindergeneeskunde, toxicologie, rasāyana en vājīkaraṇa.

Hierdoor krijgt de student een beeld van Ayurveda als een omvangrijk en systematisch ontwikkeld traditioneel geneeskundig systeem en leert hij of zij tegelijkertijd de belangrijkste bronnen kennen waaruit de Ayurvedische kennis afkomstig is.

3. Filosofische grondslagen van Ayurveda – Darśana

Ayurveda is ontstaan binnen een breder filosofisch en cultureel wereldbeeld. Veel begrippen uit de klassieke Ayurveda kunnen daarom beter worden begrepen wanneer ook de filosofische achtergrond ervan bekend is.

Studenten maken tijdens de opleiding kennis met de zes klassieke Darśana's van India:

- * Sāṃkhya – beschrijft onder andere het ontstaan en de ontwikkeling van de waarneembare wereld vanuit Puruṣa (bewustzijn) en Prakṛti (oorspronkelijke natuur). Veel fundamentele Ayurvedische concepten zijn nauw verbonden met het Sāṃkhya-denken.
- * Yoga – behandelt onder andere de werking en beheersing van de geest en de ontwikkeling van bewustzijn. Studenten maken kennis met de belangrijkste uitgangspunten van de klassieke Yogafilosofie en de relatie hiervan met Ayurveda.
- * Nyāya – behandelt logica, redenering en de verschillende manieren waarop betrouwbare kennis kan worden verkregen. Dit vormt een belangrijke achtergrond voor de wijze waarop kennis en waarneming binnen de klassieke Ayurveda wordt benaderd.
- * Vaiśeṣika – onderzoekt de fundamentele categorieën waaruit de werkelijkheid is opgebouwd. Begrippen als dravya (substantie), guṇa (eigenschap) en karma (werking) kunnen vanuit deze filosofische achtergrond beter worden begrepen.
- * Mīmāṃsā – houdt zich onder andere bezig met de interpretatie van de Veda's, juist handelen (dharma) en de betekenis en autoriteit van de Vedische traditie.
- * Vedānta – onderzoekt fundamentele vragen rondom het Zelf (Ātman), bewustzijn, de aard van de werkelijkheid en bevrijding.

Deze filosofische systemen worden niet uitsluitend als losstaande filosofie bestudeerd. Het doel is studenten te laten begrijpen waar bepaalde Ayurvedische ideeën vandaan komen en binnen welk wereldbeeld zij zijn ontstaan.

Met name vanuit Sāṃkhya, Nyāya en Vaiśeṣika worden belangrijke verbindingen zichtbaar met onderwerpen die later in de opleiding terugkomen, zoals de ontwikkeling van de pañca-mahābhūta, oorzaak en gevolg, eigenschappen van substanties en de manier waarop Ayurveda kennis over de mens en gezondheid systematisch ordent.

4. De fundamentele principes van Ayurveda

In dit onderdeel worden verschillende principes behandeld die gezamenlijk het fundament vormen voor vrijwel alles wat later binnen de opleiding wordt bestudeerd.

Pañca-mahābhūta – de vijf grote elementen

Studenten maken kennis met de vijf mahābhūta's:

- * ākāśa – ruimte
- * vāyu – lucht/beweging
- * agni/tejas – vuur/transformatie
- * jala – water
- * pṛthvī – aarde

We bestuderen hun eigenschappen, hun ontwikkeling en hun onderlinge samenhang.

Vervolgens wordt gekeken naar de manier waarop Ayurveda deze principes gebruikt om zowel het menselijk lichaam als voeding, planten, de omgeving en andere verschijnselen in de natuur te begrijpen.

Ook het principe van microkosmos en macrokosmos wordt behandeld: het klassieke uitgangspunt dat de mens uit dezelfde fundamentele principes is opgebouwd als de wereld waarin hij leeft.

Tri-doṣa – Vāta, Pitta en Kapha

Vanuit de vijf elementen wordt vervolgens de relatie gelegd met vāta, pitta en kapha.

Studenten bestuderen hun eigenschappen, functies en belangrijkste locaties in het lichaam. Daarnaast worden de verschillende fysiologische vormen en onderverdelingen van vāta, pitta en kapha behandeld en wordt gekeken naar hun specifieke functies binnen het normale functioneren van het lichaam.

Hiermee wordt een belangrijke basis gelegd voor het begrijpen van de Ayurvedische fysiologie en voor het later leren herkennen en behandelen van doṣische verstoringen.

Triguṇa – Sattva, Rajas en Tamas

Binnen de fundamentele principes wordt daarnaast aandacht besteed aan sattva, rajas en tamas.

Studenten leren de eigenschappen van deze drie guṇa's kennen en bestuderen hun onderlinge samenhang en hun relatie tot de pañca-mahābhūta en tri-doṣa.

Hierdoor worden verschillende fundamentele Ayurvedische principes niet als afzonderlijke theorieën geleerd, maar steeds met elkaar in verband gebracht.

5. Doṣa – ontstaan, herkennen en behandelen van verstoringen

Nadat eerst het normale functioneren van vāta, pitta en kapha is bestudeerd, wordt gekeken naar de manier waarop verstoringen kunnen ontstaan.

Studenten leren onderscheid maken tussen de normale fysiologische functies van vāta, pitta en kapha en de ontwikkeling van vāta, pitta en kapha als doṣa's (foutmeldingen van het lichaam/disbalans in het lichaam).

We behandelen de oorzaken die een verstoring kunnen uitlokken of onderhouden en de kenmerken en symptomen waaraan veranderingen kunnen worden herkend. Daarbij leren studenten hoe eigenschappen zoals droogte, koude, hitte, zwaarte, lichtheid, vochtigheid en beweging zich in het lichaam kunnen manifesteren.

Een belangrijk onderdeel hiervan is vervolgens de vraag: wat doe je met deze kennis?

Studenten leren hoe het Ayurvedische principe van tegengestelde eigenschappen kan worden toegepast en hoe voeding en leefstijl doelgericht kunnen worden ingezet om vāta-, pitta- en kapha-verstoringen te behandelen.

Daarbij wordt onder andere gekeken naar voedingskeuze, bereidingswijze, regelmaat van maaltijden, slaap, beweging, rust, dagelijkse routines en andere leefstijlfactoren.

Studenten leren deze factoren samen te brengen in een individueel Ayurvedisch voedings- en leefstijlprotocol.

Het doel is niet alleen een bestaande verstoring te verminderen. Door vroege veranderingen te leren herkennen en tijdig voeding en leefstijl aan te passen, kunnen Ayurvedische principes ook preventief worden ingezet om te voorkomen dat een relatief kleine verstoring zich verder ontwikkelt tot een ziekteproces.

6. Prakṛti – de individuele constitutie

Een centraal uitgangspunt van Ayurveda is dat niet ieder mens hetzelfde is.

Binnen het onderwerp prakṛti leren studenten de verschillende lichamelijke constituties kennen en bestuderen zij de kenmerken die traditioneel worden geassocieerd met verschillende verhoudingen van vāta, pitta en kapha.

Daarbij wordt gekeken naar de karakteristieke lichamelijke eigenschappen van verschillende constitutietypen en naar de relatie tussen constitutie en gezondheid.

Studenten leren hierdoor begrijpen waarom dezelfde voeding, leefstijl, dagelijkse routine of behandeling niet noodzakelijk voor ieder mens dezelfde uitwerking heeft.

Prakṛti vormt daarom een belangrijk onderdeel van de individualisering van een advies. Een voedings- of leefstijlprotocol wordt niet uitsluitend afgestemd op de aanwezige verstoring, maar ook op de persoon bij wie deze verstoring aanwezig is.

7. Dhātu, Upadhātu, Ojas en Mala

Vervolgens wordt uitgebreid gekeken naar de Ayurvedische opvattingen over de opbouw, voeding en instandhouding van het lichaam.

De zeven Dhātu's

Studenten bestuderen de zeven dhātu's, de belangrijkste lichaamsweefsels:

- * rasa – het eerste voedende lichaamsweefsel
- * rakta – bloedweefsel
- * māṃsa – spierweefsel
- * meda – vetweefsel
- * asthi – botweefsel
- * majjā – zenuwweefsel
- * śukra/artava – voortplantingsweefsel

Van iedere dhātu worden de belangrijkste eigenschappen en functies behandeld.

Daarnaast worden de klassieke theorieën over weefselvoeding en de vorming van de dhātu's bestudeerd. Hiermee wordt inzichtelijk gemaakt hoe Ayurveda de vertering van voeding uiteindelijk verbindt met de voeding, opbouw en instandhouding van het gehele lichaam.

Ook wordt gekeken naar de relatie tussen de verschillende dhātu's en het functioneren van vāta, pitta en kapha.

Upadhātu – de secundaire weefsels

Naast de zeven dhātu's worden de upadhātu's, of secundaire weefsels, behandeld.

Hieronder vallen onder andere borstweefsel, menstruatie, pezen, bloedvaten, huid, ligamenten en tanden.

Ojas – vitaliteit en weerbaarheid

Binnen hetzelfde onderdeel wordt uitgebreid aandacht besteed aan ojas.

Studenten leren wat binnen Ayurveda met ojas wordt bedoeld, welke eigenschappen en functies eraan worden toegeschreven en welke factoren ojas kunnen ondersteunen of verminderen.

Daarbij wordt gekeken naar de traditionele relatie tussen ojas, vitaliteit, herstellvermogen en lichamelijke weerbaarheid.

Mala – uitscheiding

Tot slot worden de belangrijkste mala's behandeld:

- * puriṣa – ontlasting
- * mūtra – urine
- * sveda – zweet

Studenten bestuderen hun vorming en normale functies en leren hoe uitscheiding binnen Ayurveda wordt verbonden met voeding, agni en het functioneren van het lichaam.

8. Sadvṛtta – leefregels voor gezondheid en ziektepreventie

Ayurveda beschouwt leefstijl als een wezenlijk onderdeel van gezondheid.

Binnen sadvṛtta bestuderen studenten klassieke richtlijnen rondom persoonlijke verzorging, sociaal gedrag, gezonde gewoonten en voeding.

Ook wordt aandacht besteed aan natuurlijke lichamelijke behoeften en het onderscheid tussen adhāraṇīya vega, natuurlijke impulsen die niet onderdrukt dienen te worden, en dhāraṇīya vega, impulsen waarbij juist regulatie en zelfbeheersing belangrijk zijn.

Hiermee wordt duidelijk dat preventieve Ayurveda veel verder gaat dan alleen voeding.

Slaap, beweging, persoonlijke verzorging, gedrag, dagelijkse gewoonten en de manier waarop iemand zijn leven inricht, kunnen allemaal invloed hebben op gezondheid.

Studenten leren hierdoor steeds meer herkennen welke dagelijkse factoren gezondheid kunnen ondersteunen en welke gewoonten op langere termijn juist verstorend kunnen werken.

9. Dinacaryā en Ṛtucaryā – leven volgens dag en seizoen

Binnen dinacaryā bestuderen studenten de Ayurvedische principes voor het inrichten van de dagelijkse routine.

Er wordt gekeken naar verschillende dagelijkse gewoonten en naar de manier waarop onder andere slapen, opstaan, persoonlijke verzorging, voeding, beweging en rust kunnen worden afgestemd op het functioneren van het lichaam.

Daarnaast behandelen we ṛtucaryā: het aanpassen van voeding en leefstijl aan klimaat en seizoen.

Studenten maken kennis met de zes klassieke seizoenen en leren hoe veranderingen in klimaat volgens Ayurveda invloed kunnen hebben op het lichaam, de spijsvertering en het lichamelijke evenwicht. Ook de relatie tussen seizoen en smaak wordt behandeld.

Hierdoor leren studenten gezondheid niet als een statische toestand te beschouwen. Wat op een bepaald moment passend is, wordt mede bepaald door de individuele persoon, het moment van de dag, het seizoen en de omgeving.

10. Agni en Āma – vertering, metabolisme en het ontstaan van verstoringen

Agni vormt een van de belangrijkste concepten binnen de Ayurvedische fysiologie.

Hoewel het woord letterlijk ‘vuur’ betekent, heeft agni binnen Ayurveda betrekking op de processen van vertering en transformatie waarmee het lichaam voeding verwerkt en bruikbaar maakt.

Studenten leren de verschillende functionele toestanden van jatharāgni kennen en bestuderen de relatie tussen agni, constitutie, voeding, metabolisme en de verdere voeding van het lichaam.

Daarmee wordt vervolgens de verbinding gelegd met āma.

Studenten leren wat Ayurveda onder āma verstaat, welke eigenschappen eraan worden toegeschreven, welke factoren tot de vorming ervan kunnen bijdragen en welke kenmerken traditioneel met de aanwezigheid van āma worden geassocieerd.

Ook het belangrijke onderscheid tussen sāma en nirāma wordt behandeld: situaties waarin āma wel of niet betrokken is bij een verstoring.

Daarbij wordt gekeken naar sāma en nirāma in relatie tot vāta, pitta en kapha, maar ook tot de dhātu's en mala's.

Dit onderwerp vormt een belangrijke stap in het leren begrijpen van de Ayurvedische visie op vertering, metabolisme, gezondheid, ziektepreventie en het ontstaan van ziekteprocessen.

Praktische Ayurveda – Abhyanga en Svedana

Naast voeding en leefstijl leren studenten Ayurveda ook praktisch toe te passen door middel van abhyanga en svedana.

Abhyanga – Ayurvedische olietherapie

Abhyanga is de traditionele Ayurvedische toepassing waarbij het lichaam met olie wordt behandeld en gemasseerd.

Binnen Ayurveda wordt olie niet alleen gebruikt om de handen gemakkelijker over de huid te laten bewegen. De keuze en toepassing van olie maken onderdeel uit van de behandeling zelf.

Studenten leren daarom niet alleen de praktische uitvoering van een volledige abhyanga, maar ook de Ayurvedische principes achter de behandeling.

Er wordt aandacht besteed aan de eigenschappen van olie, de hoeveelheid en temperatuur van de olie, de richting en wijze van behandelen en de manier waarop een behandeling kan worden aangepast aan de individuele persoon en diens toestand.

Ook leren studenten wanneer abhyanga wel en niet passend is en welke voorzorgsmaatregelen en contra-indicaties in acht moeten worden genomen.

Hierdoor leert de student abhyanga niet uitsluitend als massagetechniek, maar als een Ayurvedische toepassing van snehana – het gebruik van olie en vettende substanties binnen de Ayurvedische gezondheidsleer.



EISRA - Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut

Copyright © 2026 EISRA. Alle rechten voorbehouden.

Svedana – warmtetherapie

Naast abhyanga wordt svedana behandeld.

Svedana verwijst binnen Ayurveda naar verschillende toepassingen van warmte die transpiratie bevorderen. Warmte kan daarbij op verschillende manieren worden toegepast, afhankelijk van het doel en de persoon.

Studenten leren de belangrijkste principes achter svedana kennen, de effecten die er binnen Ayurveda aan worden toegeschreven en de manier waarop warmte kan worden gecombineerd met andere Ayurvedische toepassingen.

Ook wordt aandacht besteed aan indicaties, contra-indicaties en veilige toepassing, zodat studenten leren wanneer svedana passend is en wanneer warmte juist vermeden dient te worden.

Abhyanga en svedana worden daarbij niet los gezien van de rest van de opleiding. Ook bij deze toepassingen wordt rekening gehouden met onder andere constitutie, aanwezige dosische verstoringen, agni, seizoen en de algemene toestand van de persoon.

Wat kun je na afronding van de opleiding?

Aan het einde van de opleiding beschik je over een brede theoretische én praktische basis in Ayurveda. Je hebt niet alleen kennism gemaakt met de belangrijkste begrippen, maar hebt geleerd deze met elkaar te verbinden en praktisch toe te passen in de begeleiding van anderen.

Je bent onder andere in staat om:

- * de lichamelijke prakṛti of constitutie van een persoon vanuit Ayurvedisch perspectief te beoordelen;
- * het normale functioneren van vāta, pitta en kapha te begrijpen en tekenen van dosische verstoring te herkennen;
- * factoren in voeding, leefstijl en dagelijkse gewoonten te herkennen die een verstoring kunnen veroorzaken of in stand kunnen houden;
- * een aanwezige vāta-, pitta- of kapha-verstoring vanuit Ayurvedische principes te behandelen door middel van gerichte voeding en leefstijl;
- * een individueel Ayurvedisch voedings- en leefstijlprotocol op te stellen dat rekening houdt met constitutie, aanwezige verstoring, agni, seizoen en persoonlijke omstandigheden;
- * deze principes preventief toe te passen om vroege verstoringen te corrigeren en daarmee de ontwikkeling van ziekte zoveel mogelijk te helpen voorkomen;
- * het functioneren van agni te beoordelen en algemene kenmerken van āma, sāma en nirāma te herkennen;
- * verbanden te leggen tussen voeding en spijsvertering en de voeding van de dhātu's, ojas en de vorming en uitscheiding van mala's;
- * adviezen te geven rondom dinacaryā, slaap, beweging, voeding en andere dagelijkse gewoonten;
- * voeding en leefstijl aan te passen aan seizoen en klimaat volgens de principes van ṛtucaryā;
- * een volledige abhyanga uit te voeren en de toepassing ervan af te stemmen op de individuele persoon;
- * de basisprincipes van svedana verantwoord toe te passen en te begrijpen hoe warmtetherapie binnen een Ayurvedische behandeling kan worden ingezet;
- * te beoordelen wanneer abhyanga en svedana passend zijn en wanneer er sprake is van een contra-indicatie.

Het belangrijkste resultaat van de opleiding is echter dat je leert denken vanuit Ayurveda.

Je leert een persoon niet uitsluitend te bekijken vanuit een afzonderlijke klacht, maar vanuit de samenhang tussen constitutie, aanwezige verstoringen, voeding, leefstijl, spijsvertering, lichaamssweefsels, uitscheiding, dagelijkse gewoonten, seizoen en omgeving.

Op basis daarvan leer je een praktisch en individueel Ayurvedisch advies samen te stellen waarin voeding en leefstijl de belangrijkste instrumenten vormen voor het behandelen van dosische verstoringen, het ondersteunen van gezondheid en het voorkomen van ziekte.



EISRA - Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut

Copyright © 2026 EISRA. Alle rechten voorbehouden.

Aanvullend leer je met praktische toepassingen zoals abhyanga en svedana het lichaam vanuit dezelfde Ayurvedische principes te ondersteunen.

Daarmee beschik je na afronding over een stevig fundament om Ayurveda op een verantwoorde, praktische en individueel afgestemde manier toe te passen in de begeleiding van anderen.

Opbouw van de opleiding

De opleiding bestaat uit een combinatie van theoretisch Ayurveda-onderwijs, praktijkonderwijs en GMBA-onderwijs (geïntegreerde moderne medische basiskennis, waarin anatomie, fysiologie en pathologie worden behandeld binnen de context van Ayurveda).

De opleiding bestaat uit in totaal negen lesweekenden:

- * 6 Ayurveda theorielesweekenden
- * 1 Ayurveda praktijklesweekend
- * 2 GMBA-lesweekenden (geïntegreerde moderne medische basiskennis, waarin anatomie, fysiologie en pathologie worden behandeld binnen de context van Ayurveda)

Ayurveda theorielesweekenden

Er worden zes weekenden besteed aan de theoretische studie van Ayurveda.

Een theorielesweekend bestaat uit twee lesdagen:

Zaterdag: 10:00–17:00

Zondag: 10:00–17:00

Van 13:00 tot 14:00 is er een lunchpauze. Daarnaast wordt na ongeveer iedere anderhalf uur onderwijs een korte pauze ingelast.

Ayurveda praktijklesweekend

Tijdens deze lesweekend staat het praktisch leren en uitvoeren van ayurvedische vaardigheden en behandelingen centraal.

Ook het praktijkweekend vindt plaats op:

Zaterdag: 10:00–17:00

Zondag: 10:00–17:00

Van 13:00 tot 14:00 is er een lunchpauze en na ongeveer iedere anderhalf uur onderwijs wordt een korte pauze gehouden.

GMBA-lesweekenden

Naast het Ayurveda-onderwijs worden twee GMBA-lesweekenden gevolgd.

Deze weekenden bestaan eveneens uit twee volledige lesdagen:

Zaterdag: 10:00–17:00

Zondag: 10:00–17:00



EISRA - Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut

Copyright © 2026 EISRA. Alle rechten voorbehouden.

Van 13:00 tot 14:00 is er een lunchpauze en na ongeveer iedere anderhalf uur onderwijs wordt een korte pauze gehouden.

Geïntegreerde Medische Basiskennis binnen Ayurveda (GMBA)

Naast de ayurvedische theorie en praktijk vormt GMBA – Geïntegreerde Medische Basiskennis binnen Ayurveda een vast onderdeel van de opleiding.

Binnen GMBA worden onderwerpen uit de moderne medische basiskennis, zoals anatomie, fysiologie en pathologie, behandeld en gekoppeld aan de onderwerpen die de student binnen Ayurveda bestudeert.

Het uitgangspunt is dat een Ayurvedische Massagetherapeut niet alleen het ayurvedische perspectief leert begrijpen, maar ook voldoende kennis ontwikkelt van de bouw en normale werking van het menselijk lichaam en van belangrijke ziekteprocessen zoals deze binnen de moderne geneeskunde worden beschreven.

Daarbij wordt onder andere aandacht besteed aan:

- * Anatomie: de bouw en ligging van organen, weefsels en verschillende structuren van het menselijk lichaam.
- * Fysiologie: de normale werking van organen en orgaansystemen en de processen waarmee het lichaam zijn functies in stand houdt.
- * Pathologie: het ontstaan, verloop en de belangrijkste kenmerken van verschillende ziektebeelden.
- * Medische terminologie: het leren begrijpen en gebruiken van belangrijke medische begrippen.
- * Herkennen van klachten en ziektebeelden: studenten leren klachten niet uitsluitend vanuit Ayurveda te bekijken, maar ontwikkelen ook inzicht in mogelijke moderne medische verklaringen.
- * Rode vlaggen: het leren herkennen van klachten en symptomen waarbij ayurvedische begeleiding niet voldoende is en waarbij een cliënt naar een huisarts of andere reguliere zorgverlener moet worden verwezen.
- * Grenzen van de eigen deskundigheid: studenten leren onderscheid maken tussen situaties waarin zij binnen hun eigen vakgebied kunnen werken en situaties waarin medische diagnostiek of behandeling noodzakelijk is.
- * Verantwoord samenwerken en doorverwijzen: aandacht voor de positie van de Ayurvedic Practitioner naast de reguliere gezondheidszorg.

Integratie met Ayurveda

GMBA wordt bewust geïntegreerd aangeboden. De moderne medische kennis staat daardoor niet volledig los van de ayurvedische lesstof.

Wanneer bijvoorbeeld binnen Ayurveda een bepaald orgaan, lichaamsweefsel, fysiologisch proces of ziektebeeld wordt bestudeerd, helpt de medische basiskennis de student om tegelijkertijd te begrijpen hoe dit vanuit anatomisch, fysiologisch en pathologisch perspectief wordt beschreven.

Het doel hiervan is niet om Ayurveda en moderne geneeskunde als hetzelfde systeem te presenteren. Het zijn verschillende medische denkkaders met een eigen terminologie en manier van kijken naar gezondheid en ziekte. Studenten leren juist om beide perspectieven van elkaar te onderscheiden en tegelijkertijd te begrijpen waar relevante verbanden kunnen worden gelegd.

Hierdoor ontwikkelt de student gedurende de opleiding een breder begrip van het menselijk lichaam en leert hij of zij ayurvedische kennis op een verantwoordelijke manier toe te passen binnen de huidige Nederlandse gezondheidscontext.

GMBA is geen afzonderlijk MBK-diploma

Het is belangrijk om hierbij onderscheid te maken tussen GMBA en een afzonderlijke opleiding Medische Basiskennis (MBK).

GMBA is onderdeel van onze eigen Ayurveda-opleiding en is bedoeld om moderne medische basiskennis te integreren in de ontwikkeling van onze studenten tot Ayurvedische Massagetherapeut.



EISRA - Opleiding Ayurvedische Massagetherapeut

Copyright © 2026 EISRA. Alle rechten voorbehouden.

Het volgen van de GMBA-weekenden leidt echter niet tot een afzonderlijk erkend MBK-diploma en dient niet als vervanging voor een MBK-diploma wanneer een beroepsvereniging of andere organisatie dit als afzonderlijke toelatingseis stelt.

Dit sluit aan bij onze keuze om studenten uitgebreid inhoudelijk op te leiden in Ayurveda en tegelijkertijd de moderne medische basiskennis mee te geven die belangrijk is om op een verantwoorde manier met cliënten te kunnen werken.

Opleidingskosten

Het inschrijfgeld en het boekenpakket worden slechts eenmalig betaald bij aanvang van de opleiding.

Ayurvedisch Massagetherapeut – 1 jaar

Kosten:

- * Inschrijfgeld (eenmalig): € 85
- * Boekenpakket voor de opleiding (eenmalig): € 350
- * Lesgeld eerste leerjaar: € 2.350

Na succesvolle afronding van het eerste leerjaar kan de student afstuderen als Ayurvedisch Massagetherapeut.

Tussentijds afronden

De Ayurvedic technician en de Ayurvedic practitioner opleidingen zijn zo opgebouwd dat studenten die aan een langer opleidingstraject beginnen, op bepaalde momenten ook met een afgeronde kwalificatie kunnen stoppen.

Een student die is gestart met de opleiding tot Ayurvedic Technician of Ayurvedic Practitioner en na het eerste leerjaar besluit te stoppen, kan na succesvolle afronding van dat leerjaar afstuderen als Ayurvedisch Massagetherapeut.

Een student die is gestart met de vierjarige opleiding tot Ayurvedic Practitioner en na het tweede leerjaar besluit te stoppen, kan na succesvolle afronding van de eerste twee leerjaren afstuderen als Ayurvedic Technician.

Op deze manier hoeft een student niet vanaf het begin definitief te bepalen of hij of zij het volledige twee- of vierjarige traject zal volgen. Ieder afgerond opleidingsniveau vormt een zelfstandig onderdeel binnen de verdere opbouw van de opleiding.