



**Divine**  
AYURVEDA



**Curriculum**  
**Ayurvedische Psychologie**  
2026/2027

Lieve studenten,

Heb je genoten van Healing the Dhātu's en ben je klaar voor een volgende stap in jouw reis met Ayurveda? Dan is de module Ayurvedische Psychologie voor jou.

In dit verdiepende lesjaar neem ik je mee in de diepere lagen van Ayurveda — waar de magie en wijsheid van deze traditie voelbaar worden in je dagelijks leven. We maken een innerlijke reis waarin je niet alleen jezelf op psychologisch en spiritueel niveau gaat helen, maar ook ontdekt hoe je anderen op een dieper niveau kunt ondersteunen. Vanuit een diepere spirituele laag en helder psychologisch inzicht.

Zoals je al hebt ervaren in Healing the Dhātu's, zijn fysieke en psychologische klachten nauw met elkaar verbonden. Veel lichamelijke onbalans heeft een oorsprong in het onzichtbare veld van gedachten, emoties en oude overtuigingen. Ieder van ons draagt samskāra's — afdrukken uit het verleden — die ons dagelijks spiegels voorhouden. Je verdiepen in de Ayurvedische Psychologie brengt dan ook heling op een diep, transformerend niveau.

Dit lesjaar bestaat uit 8 modules vol sprankelende, diepzinnige inzichten. We verkennen onder andere de psychologie van Vata, Pitta en Kapha, de kwaliteiten van de geest (Sattva, Rajas en Tamas), het helen van oude patronen, relaties, Vedische rituelen en de wijsheid uit de Jyotish (Ayurvedische astrologie).

Elke module nodigt je uit tot zelfonderzoek, reflectie en vooral: integratie. Je gaat voelen wat deze kennis met jou doet, hoe het je richting geeft en balans brengt op een niveau dat ver voorbij het lichaam reikt. Dit lesjaar is geen verzameling theorie, maar een levend pad. Een ervaring die je leven verrijkt, verdiept, en misschien zelfs omtovert.

Dus, voel jij na Healing the Dhātu's de roep om nóg verder te reizen — dichterbij jezelf, en met tools om anderen te ondersteunen? Meld je dan aan voor de module Ayurvedische Psychologie.

Heb je vragen of wil je overleggen of dit lesjaar bij je past? Je kunt altijd vrijblijvend contact opnemen via [secretariaat@divine-ayurveda.com](mailto:secretariaat@divine-ayurveda.com).

Ik kijk ernaar uit je in september weer te zien!

Liefs,  
Frederieke

## Algemene doelstelling van de opleiding

Deze opleiding staat volledig in het teken van Ayurvedische Psychologie. Het is een diepe, transformatiereis, waarmee je psychologische en spirituele concepten en remedies uit de Veda's leert integreren in je leven.

Dit jaar helpt je zelf op diep niveau te helen en laat je zien hoe je nog meer in lijn kunt leven met je Dharma. Daarnaast helpt het je ook om een betere therapeut te worden, door steeds meer jezelf en de ander te kunnen 'vergeten'.

Tijdens de modules van deze opleiding komen de volgende onderwerpen aan bod:

1. Samskars: Begrijp hoe oude indrukken je leven beïnvloeden en hoe je deze kunt transformeren.
2. Karma: Ontdek hoe je karmische patronen kunt doorbreken en je eigen pad kunt kiezen.
3. Dosha's (Vata, Pitta, Kapha): Leer hoe je je emoties kunt balanceren met simpele remedies.
4. Sattva, Rajas en Tamas: Begrijp hoe deze kwaliteiten je geest en emoties beïnvloeden en hoe je ze kunt optimaliseren voor rust en helderheid.
5. Voeding, leefstijl en kruiden: Ontdek hoe je deze kunt inzetten om je emoties te balanceren en je welzijn te versterken.
6. Emotionele Detox: Bevrijd jezelf van emotionele ballast en creëer ruimte voor een lichter leven.
7. Sticky stuff: Verwerk onverteerde emoties, zodat je echt kunt loslaten.
8. Relaties: Leer hoe anderen je spiegelen en hoe je gezonde energiegrenzen stelt.
9. Sadhana: Rituelen uit de Veda's die je helpen om meer spirituele verbinding te ervaren.
10. Jyotisch: Leer over de Vedische astrologie en de relatie tussen ons leven op aarde en de planeten.

Voor deze opleiding maken we gebruik van een uitgebreid online leerplatform waar je alle theoriemodules kunt vinden. De modules bestaan uit video's, audiobestanden, teksten, (reflectie)opdrachten, en meer. Daarnaast zijn er online lessen via Zoom en zijn er 3 live lesdagen.

Als extra zijn er 2 live bijeenkomsten voor alle Divine Ayurveda studenten samen: een kick-off bijeenkomst aan de start van de opleiding en een studiedag met Frederieke ongeveer halverwege het studiejaar. Het is niet verplicht om bij deze bijeenkomsten aanwezig te zijn maar wel een leuke kans om al je medestudenten te ontmoeten en je leerproces te verdiepen!

Na dit jaar kun je niet alleen aan de slag als Ayurvedisch coach op het gebied van voeding, leefstijl en kruiden, je kunt nu ook de remedies uit de Ayurvedische Psychologie toepassen op je cliënten, en daarmee op een nog veel dieper niveau aan klachten of een onbalans werken. Je bent nog beter in staat om een professionele Ayurvedische diagnose te stellen waarin lichaam, geest en ziel als één geheel worden bekeken.

Tijdens de opleiding kun je aanvullende cursussen en workshops volgen, zodat je zelf, naar je eigen interesse, je kennispakket kunt samenstellen.

## Praktische informatie en curriculum

Ayurvedische Psychologie is een KTNO-geaccrediteerde deelopleiding. Na het succesvol afronden van de opleiding ontvang je een door KTNO erkend diploma.

De modules zijn zo opgebouwd dat je de Ayurvedische Psychologie niet alleen begrijpt, maar echt gaat toepassen in je leven. Je maakt kennis met sprankelende en diepzinnige inzichten die je direct kunt voelen en ervaren.

Elke maand komt er een nieuwe module online, zodat je de tijd hebt om te verdiepen, te oefenen en te integreren. Zo laat je de wijsheid van Ayurveda steeds dieper doordringen — tot in je dagelijks leven, je keuzes, je emoties.

En precies daar gebeurt de magie. Je stapt niet alleen in de leer, maar in een levend pad. Een spirituele reis waarin Ayurveda niet iets is wat je *leert*, maar iets wat je *bent*.

De data en het curriculum voor komend jaar zijn:

<b>September 2026: Introductie in de Ayurvedische Psychologie</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samkhya</li> <li>• Karma</li> <li>• Samskars</li> </ul>
	4 september 2026 10.00-12.00 uur	<b>Kick-off bijeenkomst voor alle studenten</b> Locatie: Bindi, Amersfoort
	24 september 2026 10.00-16.00 uur	<b>Live dag 1</b> (inclusief lunch) Locatie: Bindi, Amersfoort
<b>Oktober 2026: De psychologie van Vata, Pitta en Kapha</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De psychologie van Vata, Pitta en Kapha</li> <li>• Remedies voor emotionele onbalans van de dosha's</li> </ul>
	15 oktober 2026 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
<b>November 2026: Sattva, Rajas en Tamas</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De dosha's van de geest: Sattva, Rajas en Tamas</li> <li>• Remedies voor Sattva, Rajas en Tamas</li> </ul>
	5 november 2026 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
	19 november 2026 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom

<b>December 2026/ Januari 2027/ Februari 2027: Sticky stuff en Samskars</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samskars</li> <li>• Sticky stuff</li> <li>• Sticky trucjes</li> <li>• Sticky stuff verteren</li> </ul>
	10 december 2026 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
	21 januari 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
	4 februari 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
<b>Februari 2027: Helende reis en (emotionele) detox</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emotionele detox: voeding, agenda, prikkels, mensen, huis, problemen, liefde.</li> </ul>
	18 februari 2027 10.00-16.00 uur	<b>Live dag 2</b> (inclusief lunch) Locatie: Bindi, Amersfoort
<b>Maart/April 2027: Relaties</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relaties</li> <li>• Tricky Stuff</li> </ul>
	5 maart 2027 10.00-16.00 uur	<b>Studiedag voor alle studenten</b> Locatie: Bindi, Amersfoort
	18 maart 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
	1 april 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
<b>April/Mei 2027: Jyotisch</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayurvedische astrologie</li> <li>• Invloed van de planeten</li> </ul>
	15 april 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
	29 april 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
	20 mei 2027 10.00-11.30 uur	Live les via Zoom
<b>Juni 2027: Rituelen</b>	Online omgeving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sadhana: meditatie, pranayama, agni hotra, karma yoga, puja, mantra, upaye voor de planeten.</li> </ul>
	10 juni 2027 10.00-16.00 uur	<b>Live dag 3</b> (inclusief lunch) Locatie: Bindi, Amersfoort

*\* Divine Ayurveda houdt zich het recht voor dit curriculum aan te passen.*

## Samen leren

De opleiding is zowel een reis van helen en ontdekken van jezelf, als van het verbreden en verdiepen van je vaardigheden als Ayurveda coach. En... daarin ondersteunen we elkaar! Gedurende het jaar ben je onderdeel van een vast intervisiegroepje waarmee je ervaringen uitwisselt en de diepte in duikt. Ook krijg je iedere maand een nieuw maandmaatje waarmee je samen aan opdrachten werkt en waarmee je kunt sparren, voor een rijke leerervaring.

## Verder verdiepen met extra's

Als student van de opleiding Ayurvedische Psychologie ontvang je tijdens je studie waardevolle extra's die je leerproces verdiepen en je ervaring verrijken.

### **Vedic Church**

Tijdens de *Vedic Church* komen we live samen in een fijne sessie, onder begeleiding van mooie muziek, om de psychologische en spirituele diepten van het leven te verkennen. Geïnspireerd door de eeuwenoude Vedische wijsheid ondersteunt dit niet alleen je persoonlijke groei, maar helpt het je ook als therapeut om cliënten op een dieper niveau te begeleiden in hun helingsproces.

### **Divine Specials**

De Divine Specials zijn online workshops van 1,5 uur waarin we de diepte ingaan op uiteenlopende thema's binnen Ayurveda. Tijdens deze specials ligt de nadruk op veelvoorkomende onderwerpen en hun remedies, zodat je praktische handvatten krijgt om deze kennis toe te passen in je eigen leven of praktijk. Deze workshops bieden een waardevolle kans om je kennis over Ayurveda verder uit te breiden en te verdiepen.

### **Divine Ayurveda Tribe**

De *Divine Ayurveda Tribe* is een inspirerende community waarin Frederieke je tijdens een maandelijkse Zoom meeting meeneemt in een spiritueel Ayurveda thema. Dit is ook de plek waar je al je algemene Ayurveda vragen kunt stellen.

### **Extra verdieping en spontane sessies**

Gedurende het studiejaar worden regelmatig extra verdiepende sessies georganiseerd voor studenten. Denk aan ochtendsessies om je *dinacharya* (dagelijkse routine) te versterken of clinic-sessies om je therapeutische vaardigheden verder te ontwikkelen.

## **Toetsing**

Aangezien de stof van deze opleiding minder theoretisch is dan andere jaren, wordt de module niet met een examen afgerond. Om in aanmerking te komen voor het diploma, lever je aan het einde van het jaar een persoonlijk eindverslag in. De richtlijnen voor dit verslag worden tijdens de opleiding met je gedeeld.

## **Toelatingseisen**

Om deel te nemen aan deze opleiding is vereist dat je de opleiding Healing the Dhātu's hebt afgerond. Bij twijfel kun je even contact opnemen om te overleggen.

## **Inschrijving en investering**

Inschrijven kan via de website. De investering voor de opleiding bedraagt € 2500 (BTW vrij). Dit bedrag is inclusief €100 inschrijfgeld (niet restitueerbaar). Je aanmelding is definitief na betaling.