

Ayurvédá v životě

20.9. od 17 hod čítárna

Městská knihovna Česká Třebová v rámci UVČ
zve na přednášku Ivany Georgiové
„Ayurvédá v životě: Zdraví a naše přirozenost“

Ayurvédá říká, že jedině tehdy, když člověk má zdravé tělo, zdravou mysl a zdravou duši, se může považovat za skutečně zdravého. Lidské zdraví závisí na schopnosti jedince žít v harmonii s okolním světem a se sebou samým. Ayurvédá - co to je a jak nám i v současném životě může pomoci.

Co vše je možné udělat, aby život byl životem darem a láskou. Jak zažít, udržet a trvale mít pevné zdraví. Ty nejzákladnější a nejjednodušší principy a postupy. Správné denní rituály a proč jsou tak důležité. Na přednášce je možné zakoupit brožurky Jídlem ke zdraví v ceně 95,- Kč.

Vstupné 50,- Kč.

<http://www.ivaveda.eu/>

<http://knihovna.ceska-trebova.cz/>