

Mercoledì **20 November 2019**

Conferenza internazionale su **Yoga & Ayurveda**

a cura del medico indiano **E.P. Jeevan**

ore **19.00 - 20.30**

La conferenza sarà in via Veio, 78 C/D a 5 min a piedi dalla metro A san Giovanni oppure metro C.

La conferenza sarà in lingua inglese, con traduzione simultanea in lingua italiana.

I posti nella Shala sono limitati. E' necessario prenotare il proprio posto chiamando o inviando un WhatsApp al, **+39 347 108 4818** (Stefania).

I partecipanti sono pregati di portare un tappetino o cuscino per sedersi comodi.

Lo Yoga e Ayurveda sono pratiche sperimentate da secoli; esse sono note per rilassare la mente e purificare il corpo.

Esaminando i Sastras possiamo concludere che lo Yoga lavora a fianco dell'Ayurveda.

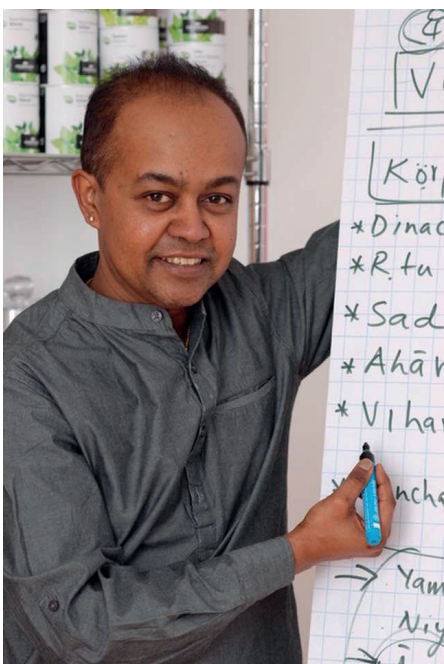
Terminologie come Vata, Pitta, Kapha e Pancha Bhutha non sono estranee allo Yoga.

Tutte le malattie sono psicosomatiche secondo la medicina Ayurveda. Lo stress mentale acuto come ansia, irrequietezza e depressione, stress psicologici come paura e aggressività e stress emotivo sono i principali fattori che contribuiscono a diverse malattie.

Dunque le pratiche Yoga (Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Prathyahara, Dharana e Samadhi) possono essere di aiuto per mantenere in forma il corpo e la Mente, e per fare questo è bene comprendere la parte medica dell'Ayurveda da parte di insegnanti yoga e da parte di coloro che praticano la disciplina yoga.

La conferenza riguarda i concetti psicologici e fisiologici dell'ayurveda e dello yoga per una salute perfetta.

L'Ayurveda conduce la malattia al benessere e lo Yoga prosegue dal benessere alla quiete!



Dr. E. P. Jeevan

Fondatore e direttore del
Centro di Ayurveda Care Academy e Panchakarma
Monaco di Baviera - Germania

Ha studiato 7 anni ½ di Medicina Ayurveda al college di Coimbatore Ayurveda.
Ha lavorato come consulente e docente dal 1989 al 1995.

Si trasferisce in Italia - Roma come consulente in Ayurveda per il programma di scambio culturale internazionale nell'ambito dell'Istituto Ricerca Ayurveda Medicina (IRMA) per 2 anni.

Dal 1997 si trasferisce in Germania e lavora come insegnante e consulente ayurvedico a Monaco, Berlino e Francoforte.

A Monaco apre il suo centro a Chiemsee dove tratta malattie come la sclerosi multipla, l'artrite reumatoide, il Parkinson e altri problemi neurologici.