



*Sporočilo za javnost*

## **Javno predavanje in obisk mednarodno uveljavljenega avtorja Nj. Sv. Vishwaguru Mahamandaleshwar Paramhans Swami Maheshwarananda**

**Meditacija za notranjo moč - Joga v vsakdanjem življenju kot znanstvena metoda za  
telesno, duševno, socialno in duhovno zdravje**

Ljubljana, 15. april 2009; Joga in meditacija sta tehniki, ki sta v svetu razširjeni kot pomoč za uravnoteženo bivanje. Z namenom predstavitve tih dveh tehnik širši javnosti, bo Slovenijo obiskal mednarodni ambasador miru in avtor Sistema Joga v vsakdanjem življenju, Njegova Svetost Vishwaguru Mahamandaleshwar Paramhans Swami Maheshwarananda. Po Sistemu Joga v vsakdanjem življenju, ki je prilagojen potrebam sodobnega človeka vadijo posamezniki na vseh kontinentih, tako poslovneži kot bolniki, nosečnice, športniki in vsi tisti, ki se strokovno ukvarjajo s človekovim zdravjem.

Priznani strokovnjak za jogo svetovnega ugleda bo imel ob obisku Slovenije 22. maja ob 19 h v Cankarjevem domu javno predavanje, z naslovom Meditacija za notranjo moč, ki ga bo zaključil z vodenjem mednarodnega seminarja v Kranju. Zadnja tri leta je namenil obiskom in organizaciji konferenc s sodelovanjem vladnih in nevladnih organizacij, kjer predava o znanosti joge in njenemu vpliv na telesno, duševno socialno in duhovno zdravje.

Prav zdravje in sreča sta v sodobnem načinu življenja cilj vsake osebe, njuno nedoseganje pa nas lahko osebno zelo obremenjuje. K temu dodatno prispeva globalna nestabilnost zaradi ekonomskih in ekoloških dejavnikov. Prav v teh razmerah je pomembno učinkovito reševanje težav na ravni posameznikov in posameznic ter družbe kot celote. Glede na epidemijo duševnih težav v Sloveniji, ki naj bi po podatkih Univerzitetne Psihiatrične Klinike pestile vsako tretjo osebo v naši državi je temeljno reševanje tega pojava naloga celotne družbe. Strokovne in splošne javnosti, kot možnosti za reševanje teh problemov, visoko cenijo jogo in meditacijo, tehniki za razvijanje notranje moči z večtisočletno tradicijo.

Zveza Joga društev Slovenije

Več informacij:

Služba za odnose z javnostmi ZJDS: [pr@yoga-zveza.si](mailto:pr@yoga-zveza.si)

Miha +386 40 435 000

Fotografije za objavo so na voljo na naslovu: <http://www.joga-v-vsakdanjem-zivljenju.org/mediji/foto/>