

3 weeks ago Mente saudável Vida Saudável

Sai novembro, chega dezembro e começam as reflexões durante os treinos para a São Silvestre. Quais são suas resoluções? Uma das minhas é ter mais calma em minhas decisões. Estava pensando nisso quando surgiu uma mensagem do Brahma Kumaris.

Uma iogue indiana vem a São Paulo para encontros e palestras esta semana. Didi Nirmala Karjaria é médica e dirige a Academia Para Um Mundo Melhor, Ela vai falar sobre a calma, força interior, saúde e espiritualidade. Um momento de paz, para iniciar dezembro na mais completa harmonia interior!!! Os encontros públicos vão ser na sede da Brahma Kumaris, no dia 4 de dezembro, e no Centro Cultural da Índia, no dia 5 de dezembro.

“Meditação pode nos ajudar a entender a tensão e o estresse e como administrá-los, antes que eles levem o melhor de nós. Meditação nos ajuda a aprender a controlar os pensamentos de uma forma positiva e de ajustar nossa perspectiva mental de forma que a mente e o corpo recuperem seu próprio equilíbrio. Ela também facilita o desenvolvimento dos nossos talentos e virtudes para uma qualidade de vida construtiva e criativa.”



[http://3.bp.blogspot.com/-q2fQHarJ-F8/Up4f_szc9cl/AAAAAAAAABNI/fn3wF7E5jKw/s1600/image002.jpg]

A iogue 78 anos nasceu em Mumbai, onde graduou-se em Medicina. Aos 27 conheceu os ensinamentos da Brahma Kumaris, e resolveu conciliar o serviço médico e espiritual. Em 1965, abriu uma clínica médica e descobriu que seus pacientes respondiam muito melhor quando o

tratamento era suplementado com meditação. Sete anos após, Nirmala resolveu se dedicar exclusivamente ao serviço espiritual.

Didi Nirmala reside em Mount Abu, onde dirige a Academia para um Mundo Melhor, um dos campus da sede mundial da Brahma Kumaris. Essa Academia promove programas de educação espiritual para profissionais e pessoas influentes de todas as partes do mundo, tais como o retiro internacional "Paz na Mente", que acontece em outubro desde 1997.

Didi Nirmala estará em São Paulo para conduzir uma série de programas - dentre eles, duas palestras públicas:

Serviço

4 de dezembro, quarta

Palestra "Força interior para promover mudanças"

Participação especial: Ricardo Viveiros

Horário: 19h30

Local: Lighthouse, sede da Brahma Kumaris

Endereço: Rua Dona Germaine Burchard, 589C, Perdizes (metro Barra Funda)

Informações: 11-3864.3694 programa@br.brahmakumaris.org

[\[mailto:programa@br.brahmakumaris.org\]](mailto:programa@br.brahmakumaris.org)

Programa aberto ao público

Não é necessário fazer inscrição

Palestra proferida em inglês com tradução consecutiva

**5 de dezembro,
quinta**

Palestra "Reflexões de uma iogueine sobre: Mente Saudável Vida

Saudável”

Participação especial: Cônsul geral da Índia em São Paulo.

Horário: 11h30

Local: Centro Cultural da Índia

Endereço: Al. Sarutaiá, 380, Jardim Paulista

Programa aberto ao público

Não é necessário fazer inscrição

Palestra proferida em inglês com tradução consecutiva.

Postado há 3 weeks ago por [Silvia Herrera](#)

Marcadores: [Brahma Kumaris](#), [Didi Nirmala Karjaria](#)

0 Add a comment

Digite seu comentário...

Comentar como:



[AUSLANDERShop now!-70%R\\$37,20R\\$124,00Neu](#)



[LUIZA BARCELOSShop](#)