



*„Möchtest Du in Harmonie mit Dir selbst und der Natur um dich herum leben? Möchtest Du erfahren, wie Dein Leben zu einem gelingenden und erfüllten Leben werden kann?  
Ein Leben, in dem Du Deiner wahren Natur ein Stück näher kommen kannst!  
Dank Ayurveda durfte ich für mich all diese Erfahrungen machen und wenn Du möchtest, begleite ich Dich auf Deinem Weg zu einem ausgeglichenen, gesunden und zufriedenen Leben.“*

Ayurveda bedeutet wörtlich übersetzt, die Wissenschaft vom Leben. Der Ayurveda ist Teil der *vedischen Wissenschaft* und widmet sich einem gesunden Leben, dessen Verlängerung, der Prävention, sowie der Therapie von Erkrankungen.

Ayurveda unterscheidet in erster Linie zwischen den Dingen, die dem Leben förderlich sind und den Dingen, die dem Leben schaden.

Das bezieht sich auf die Lebensweise des Menschen, seiner Ernährung und seinem Verhalten. Es ist nur eine Frage der Zeit, wie schnell er erkrankt. Ayurveda betrachtet den Menschen als eine Einheit von Körper, Seele und Geist und kann dabei helfen, diese Einheiten in Einklang miteinander zu bringen.

Volker Mehl,  
mehrfach ausgezeichnete Ayurveda-Koch  
und einer der erfolgreichsten deutschsprachigen Ayurveda-Autoren  
bietet allen Mitarbeiter/innen des Klinikums

**10 % Rabatt auf alle Ayurveda-Kurse und Workshops  
mit dem Code: klinikhd**

Alle Informationen zu den Ausbildungen finden Sie hier:  
[Volker Mehl – Koch dich glücklich mit Ayurveda – Volker Mehl](#)