

# Антистрессовые программы "Искусства жизни"

"Стресс - единственный преступник в жизни", - так считают представители крупной международной неправительственной организации "Искусство жизни". Антистрессовые программы они проводят почти в 130 странах мира. Инструктор "Искусства жизни" Викрам Хазра накануне приехал в Иркутск, чтобы провести большой курс обучения для всех желающих.

Викрам Хазра по образованию журналист. Долгое время занимался освещением духовной и светской жизни у себя на родине в Индии. Но сейчас статьи пишет редко. Большую часть времени Викрам занимается преподаванием методик йоги. Еще он ведет программы международной организации "Искусство жизни". Их главная цель - еще раз напомнить людям о том, что существуют общечеловеческие ценности - сострадание, понимание и любовь. Викрам говорит, что о них нужно не только рассказывать, но побуждать людей жить, руководствуясь этими понятиями.

В Иркутске центр "Искусство жизни" появился в 92-ом году. Желающих познакомиться с новой методикой борьбы со стрессом было много. Сотрудники иркутского Центра проводят несколько антистрессовых курсов. Среди них - базовый, продолженный и "стресс-менеджмент" - специально для бизнесменов. В их основе - практические занятия по дыхательной гимнастике, психол%Е

Автор: Артур Скальский © АС Байкал ТВ ЗДОРОВЬЕ, ИРКУТСК 👁 3754 04.10.2001, 00:00

URL: <https://babr24.com/?ADE=21> Bytes: 1225 / 1225 Версия для печати Скачать PDF

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

*Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:*

[irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

## НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)  
Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

## ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

## КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: @kras24\_link\_bot  
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: @nsk24\_link\_bot  
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: @tomsk24\_link\_bot  
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

#### **ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:**

---

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: equatoria@gmail.com

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)