



## Une pratique millénaire enfin accessible

Vous souhaitez connaître votre nature doshique ? Comment votre organisme fonctionne selon l'Ayurveda ? Et peut-être, vivre selon les préceptes de l'Ayurveda ? Bien structuré, facile à lire, *Ayurveda pour tous* de Stéphanie Marie répond à toutes nos questions, de la plus simple, « qu'est-ce que l'ayurveda », à d'autres moins évidentes « la vision de la maladie selon l'ayurveda » ou « ayurveda et spiritualité ».

*Ayurveda Pour tous !* de Stéphanie Marie,  
éd. Albin Michel

