


[DOWNLOAD](#)


## Los MUDRAS Sanadores El yoga de las manos Spanish Edition

By Sabrina Mesko

MUDRA HANDS Publishing. Paperback. Condition: New. 152 pages. Dimensions: 10.0in. x 8.0in. x 0.3in. Los Mudras son movimientos de yoga que se realizan con los brazos y las manos. Son extremadamente sencillos, pero tan poderosos que transformarn su vida. De qu forma simplemente liberando la energia bloqueada en el interior de su cuerpo en los canales de energia llamados nadis y en los centros energticos denominados chakras. Disponiendo y dirigiendo dicha energia a travs de los mudras, usted podra alcanzar sus objetivos y tener la capacidad para solucionar los problemas de la vida diaria. Este es el primer libro que pone a disposicin de todo el mundo las tcnicas de sanacin sagradas de los mudras. En l, de forma ilustrada, se dan las instrucciones para practicar los cincuenta y dos mudras mas accesibles, junto a los ejercicios respiratorios, movimientos oculares, mantras, meditaciones, visualizaciones y afirmaciones que los acompaan con el fin de potenciar el poder de cada uno de ellos. No es necesario haber practicado yoga antes. Si usted puede mover sus manos y brazos, podr utilizar los milenarios MUDRAS SANADORES contenidos en este libro para enriquecer su vida dedicndoles tan solo unos pocos minutos al da. This item ships from...



[READ ONLINE](#)  
[ 6.07 MB ]

### Reviews

*This published pdf is fantastic. Sure, it really is enjoy, continue to an amazing and interesting literature. I found out this publication from my dad and i suggested this pdf to learn.*

-- **Burdette Buckridge**

*This composed pdf is excellent. It really is basic but excitement in the 50 % in the book. Your lifestyle span will likely be change when you comprehensive looking at this book.*

-- **Tom Fisher**