

## El libro completo de los chakras

Armonía y salud a través de los centros de energía

Simpson, Liz

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788488242839

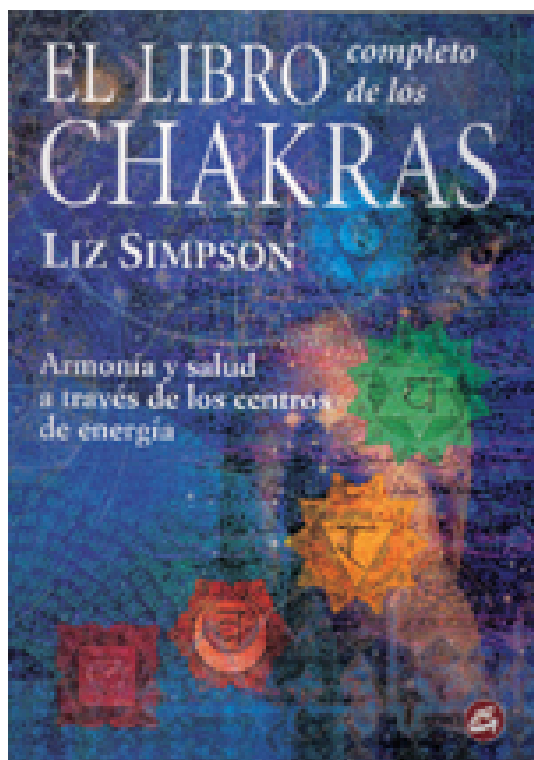
Páginas: 144, ilustrado a color

Dimensiones: 18 x 25 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

Coleccion: Salud natural



### SINOPSIS

#### EL LIBRO COMPLETO DE LOS CHAKRAS.

Presentamos aquí una guía completa y comprensible del antiguo sistema indio de los vórtices o centros energéticos.

Esta obra ofrece formas prácticas y eficaces de trabajar con los chakras y muestra cómo desbloquear y armonizar su energía para lograr el equilibrio físico, mental, emocional y espiritual. Se incluye, además, una extensa información práctica sobre mitos y arquetipos, ejercicios corporales, cómo emplear correctamente los colores y los cristales, así como meditaciones, visualizaciones y afirmaciones.

#### EL LIBRO COMPLETO DE LOS CHAKRAS enseña:

- Las cualidades específicas de cada chakra y cómo identificarlas.
- La forma de trabajar separadamente con cada chakra y con todos ellos en conjunto.
- Cómo conocerte a ti mismo y lograr tu equilibrio y tu armonía personal.
- Maneras de emplear los chakras para la curación y el desarrollo físico, mental, emocional y espiritual.
- El empleo práctico y creativo de colores y cristales.