

## Kriya hatha yoga de Babaji

Autorealización a través de la acción con consciencia

Ahlund, Durga; Govindan, Marshall

Editorial: Kriya Yoga Publications KYP

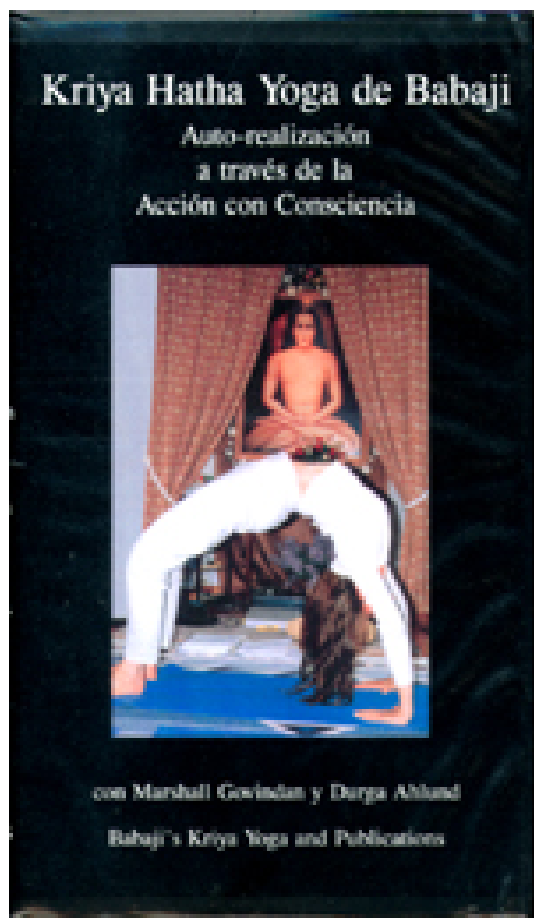
ISBN: 9781895383270

Páginas: Vídeo de 120 Min.

Dimensiones: 12 x 20,5

Encuadernación: Estuche vídeo VHS

PVP.: 25,64 €



### SINOPSIS

¡Aprende las 18 posturas desarrolladas por babji Nagaraj y vuélvete consciente de lo que consciente! ¡El gozo surge! Este único y hermoso vídeo ofrece instrucciones detalladas no sólo acerca de la ejecución técnica de cada postura, sino también acerca de los altos estados de consciencia y el cultivo de la auto-atención.

En este bello video las posturas son enseñadas en fases progresivas, con variaciones preparatorias, haciéndolas accesibles al principiante y desafiantes al estudiante de Yoga experimentado.