



Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale

Martine Texier, Philippe Vincent

Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale Martine Texier, Philippe Vincent

 [Télécharger Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l ...pdf](#)

 [Lire en ligne Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l&# ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale Martine Texier, Philippe Vincent

114 pages

Extrait

Extrait de la préface d'Yves Mangeart

Voici un livre très original. Dans le monde objectif où nous nous situons, un monde d'objets, il nous ouvre à la pratique de l'énergie. Les vagues d'énergie qui animent nos fonctions vitales, sensorielles et mentales ont façonné et façonnent encore subtilement notre corps, au quotidien.

Par quelques touches succinctes, en évoquant les centres émotionnels-énergétiques, des clefs fabuleuses nous sont proposées. À nous de les faire tourner pour ouvrir des portes de libération. Il est ici clairement formulé que tout notre développement est fondé sur des mémoires enregistrées au commencement, à la racine de notre existence. Comme pour le disque dur d'un ordinateur, une «initialisation» est nécessaire : elle inscrit les fonctions de base qui permettent ensuite de s'en servir. Toutes les utilisations de mise en mémoires ultérieures y feront obligatoirement appel.

La vie, dès ses prémices, a engrammé des vagues d'énergie affectives, petites et grandes. Tout ce qui se construit par la suite, ne peut que s'appuyer sur ces fondations énergétiques. Et, comme le sculpteur tient compte, pour réaliser son chef-d'oeuvre, des veines et des noeuds de la pièce de bois qu'il travaille, nous devons, nous, grandir et évoluer avec les formations d'énergie mises en mémoire.

La démarche avec la pratique des Chakras-Mudrâs-Asanas dans le quotidien, va consister à reconnaître, accueillir et exprimer beaucoup mieux notre affectivité. Présentation de l'éditeur

Fruit de la collaboration de deux chercheurs et enseignants, ce livre est un guide d'apprentissage d'une nouvelle langue : celle du corps et de ses énergies. La pratique globale (mudrâs et postures de yoga) permet d'éveiller, de régulariser l'énergie des chakras principaux et de trouver harmonie et épanouissement.

Leur méthode commence par l'assouplissement des mains et des doigts pour préparer la réalisation des mudrâs.

Conçue comme un mode d'emploi, elle va conduire jusqu'à la perception de l'énergie des chakras. Elle débouche sur l'intégration d'une véritable connaissance grâce à la pratique. Les mudrâs présentés ici sont spécifiques à chacun des chakras. Les séances proposées incluent les postures-clefs, avec les mudrâs et les chakras correspondants.

Les résultats sont remarquables : les pratiquants ressentent une grande harmonie de leur énergie et une paix intérieure leur permettant d'être plus présents dans leur vie quotidienne.

Martine Texier enseigne le yoga de l'Énergie depuis 1981 et est formatrice à l'École de Yoga d'Évian depuis 1986. Elle a aussi fondé avec Yves Mangeart l'École EVE de Yoga-Maternité-Naissance. Auteur de «L'attente sacrée, 9 mois pour donner la vie» et de«Accouchement, naissance : un chemin initiatique» (Le Souffle d'Or).

Philippe Vincent est coiffeur énergétique. La pratique des arts martiaux lui a fait ressentir le mouvement de l'énergie vitale jusqu'au bout des doigts. Auteur de «Les Mudrâs, une gestuelle énergétique» (Le Souffle d'Or). Biographie de l'auteur

Martine Texier enseigne le yoga de l'Énergie depuis 1981 et est formatrice à l'École de Yoga d'Évian depuis

1986. Elle a aussi fondé avec Yves Mangeart l'École EVE de Yoga-Maternité-Naissance. Auteur de " L'attente sacrée, 9 mois pour donner la vie " et de " Accouchement, naissance : un chemin initiatique " (Le Souffle d'Or).

Philippe Vincent est coiffeur énergétique. La pratique des arts martiaux lui a fait ressentir le mouvement de l'énergie vitale jusqu'au bout des doigts. Auteur de " Les Mudrâs, une gestuelle énergétique " (Le Souffle d'Or).

Download and Read Online Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale Martine Texier, Philippe Vincent #WBD86ST4VHL

Lire Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent pour ebook en ligne Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent à lire en ligne. Online Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent ebook Téléchargement PDF Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent Doc Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent Mobipocket Yoga, mudrâs et chakras : Les mouvements de l'énergie vitale par Martine Texier, Philippe Vincent EPub

WBD86ST4VHLWBD86ST4VHLWBD86ST4VHL