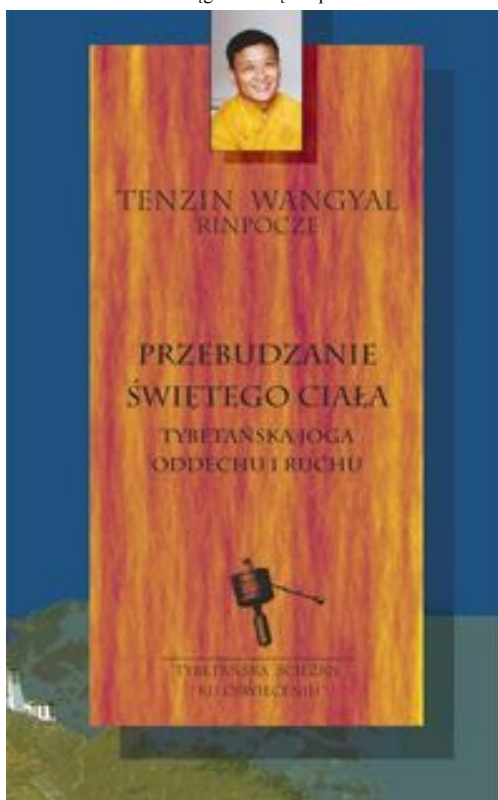


# Przebudzanie świętego ciała

Ściąganie książek pdf



## Rinpoche Wangyal Tenzin

Przebudzanie świętego ciała Rinpoche Wangyal Tenzin pobierz PDF Od wieków powszechnie wiadomo, że oddech ma kluczowe znaczenie dla naszego zdrowia i dobrego samopoczucia. W książce tej duchowy nauczyciel Tenzin Wangyal Rinpoche udostępnia czytelnikom starożytną tybetańską sztukę ćwiczeń oddechowych i ruchowych. Prostym, zrozumiałym językiem przedstawia teorię i praktykę dwóch niezwykle skutecznych medytacji ? Dziewięć Oczyszczających Oddechów i tsa lung. Te łatwe metody pomogą oczyścić i zrównoważyć ośrodki energetyczne w naszym ciele, a co za tym idzie ? poprawić nasze zdrowie, relacje z innymi i z otaczającym nas światem, przezwyciężyć złe skłonności, a wyzwolić dobroć, miłość i współczucie. Dołączona płyta DVD, z prezentacją praktyki w wykonaniu Tenzina Wangyala, ułatwi prawidłowe ćwiczenie i będzie sprzyjać odpowiedniej koncentracji. "Zagłębiając się w tę książkę czułam się tak, jakby Tenzin Wangyal czytał w moich myślach i ciele, a następnie, w swojej dobroci i mądrości, przekazał mi jasne, inspirujące i przystępne metody, aby zintegrować te dwa aspekty mojej osoby. Spostrzeżenia, idee i praktyki opisane w tej pracy są niezwykle pomocne.

**Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny**



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.