



Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga

 **Download**

 **Online Lesen**

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

Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga

Gurmukh

Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga Gurmukh

 [Download Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und s ...pdf](#)

 [Online lesen Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga Gurmukh

288 Seiten

Kurzbeschreibung

Das Praxisbuch der 'Grande Dame des Kundalini Yoga' Gurmukh, international bekannte Lehrerin des Kundalini Yoga, stellt ihre wichtigsten und hilfreichsten Übungen vor, die sie seit über 40 Jahren an Tausende von Schülerinnen und Schülern weitergibt. Die illustrierten Anleitungen führen Schritt für Schritt durch die acht Energiezentren des Körpers, die Chakras, und damit auch zu den Potenzialen bzw. Gaben, die dort in uns verborgen liegen: Akzeptanz, Kreativität, Entschlossenheit, Mitgefühl, Wahrheit, Intuition, Grenzenlosigkeit, Ausstrahlung. Die für das jeweilige Chakra passenden Übungen lassen diese Qualitäten in uns erfahrbar werden. Inspirierende Zitate von Yogi Bhajan und Anekdoten aus Gurmukhs Yogaunterricht und ihrem spannenden Leben machen das Buch darüber hinaus zu einem echten Lesevergnügen. 'Im Yoga geht es nicht um Selbstoptimierung, es geht um Selbstakzeptanz.' Gurmukh Über den Autor und weitere Mitwirkende

Gurmukh (= 'die über alle Ozeane hinweg Tausenden von Seelen hilft') ist seit 40 Jahren Kundalini Yogalehrerin; die Gründerin der Yogazentren Golden Bridge in Los Angeles und New York ist international bekannt und war langjährige Schülerin von Yogi Bhajan. Sie gibt weltweit Kurse und kommt jedes Jahr dafür auch nach Deutschland und in die Schweiz. Man nennt sie 'Die Königin des Kundalini Yoga'. Sie war über viele Jahre Yogalehrerin vieler Stars wie Cyndi Crawford, Madonna, Courtney Love, Gwyneth Paltrow u.v.a. goldenbridgeyoga.com

Download and Read Online Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga Gurmukh #QC2D6VSE1GX

Lesen Sie Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh für online ebook Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh Bücher online zu lesen. Online Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh ebook PDF herunterladen Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh Doc Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh Mobipocket Die 8 Gaben des Menschen: Die Chakras heilen und stärken durch Kundalini Yoga von Gurmukh EPub