

Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/mudry-techniki-ayurvedyjskie-film-mp4-p-311.html>

Mudry techniki ayurvedyjskie - film mp4

Cena	35,00 zł
Cena poprzednia	45,00 zł
Dostępność	Dostępny
Kod EAN	5902188072723

Opis produktu

☐☐ **Mudry - starożytna sztuka leczenia dłońią**

☐☐ **Wersja elektroniczna filmu** - dostęp online i do pobrania

☐☐ **Czas trwania:** 60 minut

☐☐ **W Twoich dłoniach drzemie uzdrawiająca moc!**

Mudry to pradawna technika samouzdrawiania wywodząca się z **Ajurwedy** - systemu medycyny indyjskiej liczącego tysiące lat. Dawni mędrcy odkryli, że nasze ciało jest mikrokosmosem zbudowanym z pięciu żywiołów: **ognia, powietrza, eteru, ziemi i wody**. Ich równowaga to zdrowie. Zaburzenia - to choroba.

Każdemu z naszych palców odpowiada inny żywioł. Poprzez odpowiednie ułożenie palców, czyli **mudry**, możemy wpływać na balans energetyczny w ciele i przywracać harmonię fizyczną, psychiczną oraz duchową.

☐☐ **Zawartość filmu:**

1☐ **Wprowadzenie**

- Teoria pięciu żywiołów
- Znaczenie każdego palca
- Przygotowanie do praktyki

2☐ **Mudry fizyczne - „Apteczka zdrowia”**

- Mudra wiedzy
- Mudra energii
- Mudra wody
- Mudra wiatru
- Mudra życia
- Mudra muszli
- Mudra ratunkowa i wiele innych

3☐ **Mudry emocjonalno-duchowe - „Pogoda ducha”**

- Mudra odwagi
- Mudra koncentracji
- Mudra motywacji
- Mudra kreatywności
- Mudra poczucia własnej wartości
- Mudra pamięci i wiele więcej

4 Bonus:

☐ **Medytacja mantry SA TA NA MA** – wyciszenie umysłu, integracja energii, głęboka regeneracja.

☐☐ **Dlaczego warto?**

- ☐ Proste i skuteczne techniki – bez leków, bez sprzętu
- ☐ Działają holistycznie: ciało, emocje, umysł
- ☐ Efekty już po kilku dniach praktyki
- ☐ Można je wykonywać wszędzie – nawet w kolejce czy w pociągu
- ☐ Doskonałe uzupełnienie jogi, medytacji, praktyk duchowych

☐☐☐ **Dla kogo?**

- ☐☐ Dla osób szukających naturalnych metod leczenia
- ☐☐ Dla praktyków jogi, Ajurwedy i medytacji
- ☐☐ Dla zestresowanych i przemęczonych
- ☐☐ Dla każdego, kto chce **odzyskać kontrolę nad zdrowiem i energią**

☐ **Zrób coś dla siebie** – zacznij od własnych dłoni. Praktykuj codziennie, obserwuj zmiany i pozwól uzdrawiającej energii płynąć przez Ciebie!

☐ **Film dostępny od razu po zakupie** – do oglądania online lub pobrania.