

Mp3 Jeffrey Crespo - Yoga Nidra - Relajacion Consciente?

[DOWNLOAD HERE](#)

A deep guided relaxation and total rejuvenation system. It is an ancient practice by which you return to the natural state of peace of your being so that you may live your fullest life. Now available for the first time in Spanish. 3 MP3 Songs in this album (77:38) ! Related styles: SPOKEN WORD: Instructional, SPOKEN WORD: Inspirational Details: Jeffrey Crespo es maestro de meditacin iniciado en la tradicin del Himalaya, imparte talleres a nivel mundial de meditacin, relajacin y creatividad. En Relajacin Consciente nos presenta uno de los tesoros ms valioso y menos conocidos de la tradicin yguica: Yoga Nidra, una relajacin guiada disponible por primera vez en Espaol. Yoga Nidra es una poderosa herramienta para relajar toda tensin fsica, mental y emocional que elimina no slo los sntomas del estrs si no tambin su raz. A la vez que nos brinda la posibilidad como ninguna otra tcnica de encaminar el curso de nuestra vida a partir de nuestros sueos y ms altas aspiraciones, despertando todos nuestros potenciales y talentos mientras descansamos en la grandeza de nuestro ser. Searches: yoga nidra relajacion consciente

[DOWNLOAD HERE](#)

Similar manuals: