



Victor, Archuleta

riverside
agency

Chakras sagrados

Autor: Victor, Archuleta

Guías sagradas

Contrapunto

ISBN: 978-956-257-333-7 / Tapa dura / 128pp | 145 x 195 cm

Precio: \$ 28.000,00

Los chakras son los centros energéticos del cuerpo y son vitales para la salud física, la estabilidad emocional y la claridad mental. Asegurarnos de que están en perfecta armonía nos ofrece una nueva dimensión de sanación y crecimiento. En general, se entiende que hay vías energéticas que giran en espiral desde la parte superior de la cabeza y descienden por la columna vertebral hasta el sacro, para luego volver a subir a su posición inicial. Los siete puntos donde confluye esta energía son, justamente, los chakras. En esta guía introductoria, el terapeuta Víctor Archuleta sugiere técnicas y ejercicios para dominar nuestro flujo de energía y comenzar un viaje de autoconocimiento y desarrollo personal. Asimismo, explora cómo la meditación, el yoga, la astrología, los cristales, el reiki y una nutrición consciente pueden usarse para desbloquear las energías de cada uno de los chakras: de la corona, del tercer ojo, de la garganta, del plexo solar, del corazón, de la raíz y del sacro? y, de paso, conocer mejor la forma en que estos influyen en nuestro bienestar. A esta misma colección pertenecen los libros Aceites esenciales sagrados, Hierbas sagradas y Símbolos sagrados, también publicados por editorial Contrapunto.

Los chakras son los centros energéticos del cuerpo y son vitales para la salud física, la estabilidad emocional y la claridad mental. Asegurarnos de que están en perfecta armonía nos ofrece una nueva dimensión de sanación y crecimiento.