

Содержание

Предисловие	7
Подготовительный этап	10
Знакомимся с пальцами	10
Знакомимся с чакрами	15
Очищение.....	18
Сила воды.....	19
Очищение намагниченной водой	22
Очищение ритуалом сандхья-вандана.....	24
Очищение мантрами	26
Правила выполнения мудр	28
Положение тела.....	28
Место и время практики	29
Правила дыхания	32
Основы релаксации	38
Мудры на все случаи жизни	40
Разминка	40
Исполнение желаний	44
Привлечение денежных потоков.....	52
Привлечение здоровья.....	61
Привлечение любви	74
Привлечение удачи.....	90

6 . . . Содержание

Как усилить действие мудр	101
Мехенди — искусство рисования хной ...	101
Технология мехенди.....	103
Какой рисунок выбрать	105
Цвет для исполнения желаний	110
Цвет и чакры	111
Символика цвета	114
Цвет для благосостояния дома	118
Заключение	125