

# *El poder curativo de los Mudras*

Es poco conocido, sin embargo, que la Ciencia del Mudra es Tatva Yoga; es decir, el yoga basado en la ciencia de los elementos: el aire, el agua, la tierra, el fuego y el éter. Por tanto, estos Mudras pueden curar muchas enfermedades.

## **Mrit Sanjivini Mudra**

**Indicado para personas con problemas cardíacos. En el caso de un ataque al corazón fuerte, este Mudra provee descanso instantáneo en pocos segundos. Se utiliza como primeros auxilios en caso de 1 ataque al corazón.**



## **Apan Mudra**

**Provee descanso y sosiego en caso de problemas urinarios. Facilita la descarga de material de desecho de nuestro cuerpo, limpiándolo y purificándolo.**



## **Pran Mudra**

**Banco de Energía. Mejora la vitalidad del cuerpo y la vista.**



## **Shunya Mudra**

**Cura los dolores de oído en pocos segundos.**



## **Ling Mudra**

**Practica este Mudra para deshacerte de resfriados, pecho congestionado e infecciones incurables.**



## **Gyan Mudra**

**El calmante de los yoguis. Su práctica asegura paz mental, concentración en la mente y agudiza la memoria, elevación espiritual y desarrollo de la Creatividad.**



**Los Mudras pueden proporcionarnos cambios y mejoras espectaculares en nuestro cuerpo.**

**Los Mudras generan energía alrededor de nuestro cuerpo la cual desarrolla nuestra mente y cuerpo proveyéndonos de paz y alegría.**

**Los Mudras son como remedios milagrosos. Nos proveen descanso inmediato en muchas enfermedades.**

**Los Mudras pueden aliviar casi cualquier dolencia, desde un simple dolor de cabeza hasta un ataque al corazón.**

**Los Mudras ayudan a equilibrar nuestros aspectos físicos, mentales e incluso morales.**

**Algunos Mudras pueden equilibrar los elementos del cuerpo en 45 minutos mientras que otros en tan sólo algunos segundos.**

**La práctica continua de algunos Mudras puede curar el Insomnio, Artritis y mejorar la memoria.**

**Los Mudras tienen poderes extraordinarios. Su práctica puede actuar rápida y directamente sobre elementos destructivos del cuerpo humano. También desarrollan la virtuosidad, gentileza, no violencia, piedad y cortesía.**

**Los Mudras en Kundalini Yoga ayudan a despertar la Energía Cósmica y a unir nuestra Conciencia con la Conciencia Superior Universal.**