

# Liberación espiritual – Música de meditación y relajación

Esta música sagrada contiene sonidos y frecuencias binaurales que estimulan el despertar de la esencia interior y de dos centros principales: espiritual y cósmico universal. Simboliza un despertar hacia el amor universal, la vida, la conciencia plena, Dios, el universo y nuestra esencia y misión en la vida.

Esta música también está pensada para aliviar el stress, calmar la mente, dormir, relajarse, soñar profundamente, conectarse con uno mismo, descansar y meditar.

Música para acompañar las prácticas de Qi Gong (Chi Kung), Tai Chi Chuan, Yoga, Mindfulness, PNL, Acupuntura, masajes, Reiki y otras terapias bioenergéticas complementarias.

## **Recomendación:**

Prepara un ambiente adecuado

Cierra tus ojos (si es posible, ponte audífonos o auriculares)

Sientate cómodo/a o acuéstate.

Relaja el cuerpo y la respiración

Déjate llevar, sintiendo la energía circular por todo tu ser

Si te gusta, por favor suscríbete al canal. Todas las semanas subiré nuevo contenido de mi autoría.

[https://www.youtube.com/channel/UC\\_xc-UOUxQexSlK34N6jZQg?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UC_xc-UOUxQexSlK34N6jZQg?view_as=subscriber)

**Autor:** Claudio Ariel Clarenc

## **Sitios web:**

<http://www.jingchishen.org/>

<http://www.rekiadistancia.org/>

<http://www.federacionreiki.org/>

<http://www.humanodigital.com.ar>