

ЛИТЕРАТУРА

- Горбов А.М.* Пробуждение внутренних целительных сил организма. Практика Рэйки. М., 2004.
- Дандарон Б.Д.* Махамудра как объединяющий принцип буддийского тантризма. — В кн.: Тибетский буддизм: Теория и практика. Новосибирск, 1995.
- Исаева Н.В.* Шанкара и индийская философия. М., 1991.
- Корнеев А.В.* Молитвы, заговоры, мантры. М., 2002.
- Косамби Д.* Культура и цивилизация древней Индии. М., 1968.
- Лонген И.* Мудры. Простые жесты здоровья. Тонкий план твоей жизни. — СПб.: Издательство «Невский проспект», 2006.
- Ткачева А.А.* Индуистские мистические организации и диалог культур. М., 1989.
- Ткачук Т.М.* Лечебные мудры и мантры. М., 2007.
- Шохин В.К.* Брахманистская философия. М., 1994.
- Эрман В.Г.* Очерк истории ведийской литературы. М., 1980.

СОДЕРЖАНИЕ

МУДРЫ И МАНТРЫ – ЭНЕРГИЯ ЗДОРОВЬЯ	3
МУДРЫ – ЗДОРОВЬЕ НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ	6
Значение пальцев при выполнении мудр. Пальцы и чакры ...	14
Символическое положение рук при общении	23
Мудры правой руки	24
Мудры левой руки	27
Мудры обеих рук	28
Показания к использованию мудр	31
Мудры в повседневной жизни	35
Мудры на все случаи жизни	37
Мудры как психологическая помощь человеку	67
Мудры и возраст	84
Практика в среднем возрасте	84
Мудры в преклонном возрасте	85
Мудры для детей	97
Мудры в практике йоги	104
МАНТРЫ. ОТ ВИБРАЦИЙ ВНУТРЕННЕГО МИРА К ГАРМОНИИ СО ВСЕЛЕННОЙ	129
Виды мантр	132
Техника произнесения мантр	132
Классификация мантр	145
Мантры лечат	149
Мантры на все случаи жизни	152
Универсальные мантры	168
Цифровые мантры	178
Мантры различных религий	222
Самоисцеление через тонику	232
МУДРЫ В ПРАКТИКЕ РЕЙКИ	245
ЛИТЕРАТУРА	286