

Dharanas extraites du Vijnanabhairava

Le *Vijnanabhairava* est l'une des écritures vénérées par les sages du shivaïsme du Cachemire. Ce texte sanskrit se compose de 112 *dharanas*, des techniques de concentration, révélées par Bhairava, le Seigneur Shiva, à son épouse, la déesse Bhairavi, également connue sous le nom de Shakti. Ces *dharanas* vous aident à concentrer votre attention quand vous entrez en méditation.

© 2017 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.