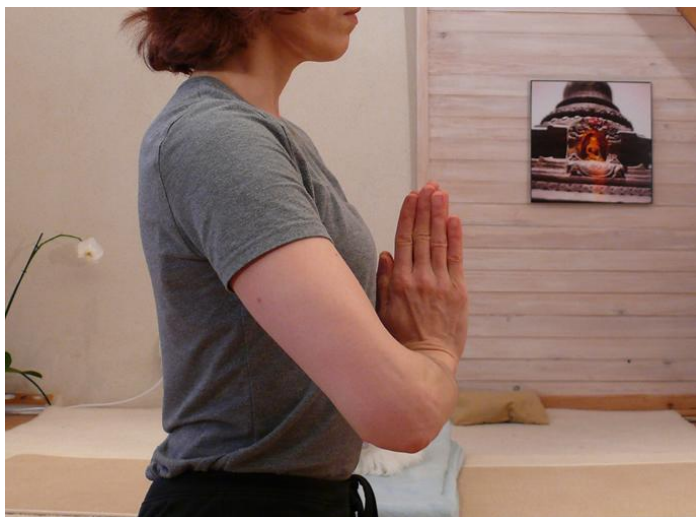


Série des 12 Hasta Mudra



1. Namaskar Mudra (geste de la prière 1)



2. Agra Mudra



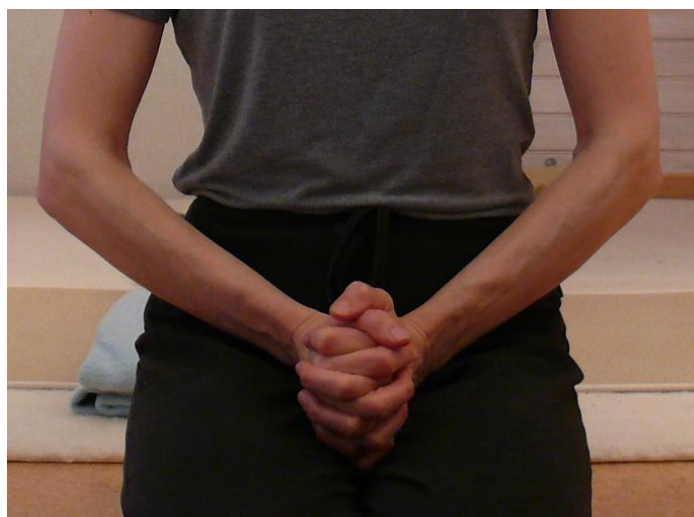
3. Anjali Mudra (geste de la prière 2)



4. Kailash Mudra (montagne de Shiva)



5. Matangi Mudra (aspect de Sarasvatī liée au chakra de la gorge)



6. Ushas Mudra (geste de l'origine de toute chose)



7. Shakti Mudra (1) (énergie féminine de l'univers)



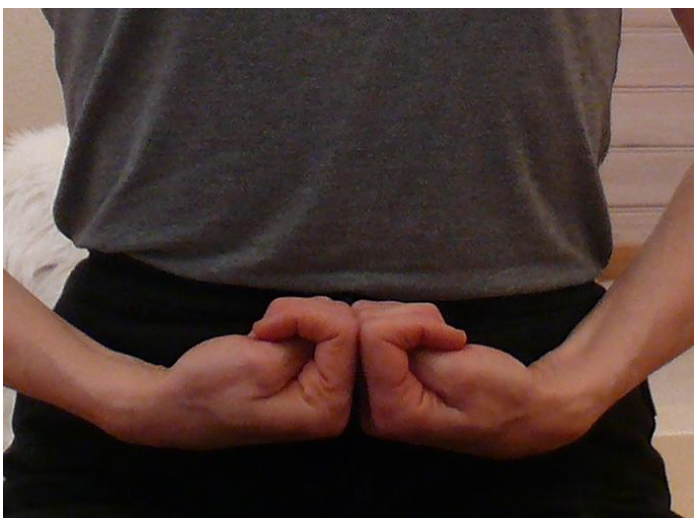
8. Vajrapradama (geste de la force intérieure)



9. Hakini Mudra (Shakti du chakra du front)



10. Shakti Mudra (2) (énergie féminine de l'univers)
à placer devant le bas-ventre, droits tendus dirigés vers l'avant.



11. Yoga Mahat Mudra (grand geste du yoga)



12. Kundalini Mudra (puissante énergie du serpent)