

# Aquietar la mente, calmar el stress y reducir la ansiedad – Música para meditar binaural

Música para meditar, relajarse y lograr el vacío interior – vacío absoluto (Wu Ji). La música contiene sonidos y frecuencias binaurales que también sirve para activar y estimular el cerebro para llegar a ese estado tan practicado en Qi Gong (Chi Kung) y Tai Chi Chuan, y así lograr calmar la mente y fluir como el agua.