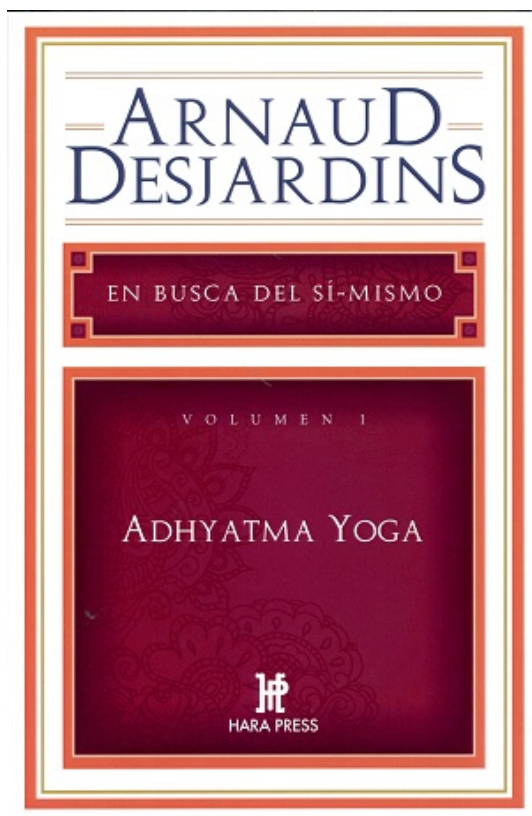




Adhyatma Yoga

En busca del Sí-mismo

Autor: Desjardins, Arnaud

Editorial: Hara Press

ISBN: 9780984043033

Páginas: 344

Dimensiones: 15 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 18,00 €

Al término de una búsqueda espiritual, Arnaud Desjardins se convirtió en el discípulo de Sri Swami Prajñanpad, un maestro hinduista que suscitó el interés de numerosos universitarios, filósofos y psicólogos. Su enseñanza, independiente de cualquier pensamiento religioso, es una apasionante exploración de uno mismo. Por ello su yoga, el *Adhyatma yoga*, apunta a encontrar nuestra esencia fundamental el *atman* a través de un proceso que explica y desactiva los mecanismos de nuestro egoísmo en el transcurso de nuestra vida cotidiana.

En este primer tomo de la seire En busca del Sí-mismo, Arnauld Desajrdins presenta algunas nociones fundamentales *koshas*, *samkaras*, *vasanas*... de las enseñanzas orientales.