



## El secreto del yoga

Un cuento de sabiduría

---

Autor: Gueshe Michael Roach

Editorial: Amara

ISBN: 9788495094551

Páginas: 360

Dimensiones: 13,5 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

---

PVP: 22,00 €

---

**REIMPRESIÓN**

Todo el mundo sabe que el *Yoga Sutra* es la fuente original de la que procede todo tipo de yoga. Lo que quizá desconoces es que este antiquísimo texto encierra también todos los secretos para sanar tu cuerpo y tu corazón, para superar enfermedades y frustraciones de todo tipo y para alcanzar salud, fuerza y paz interna. Estos secretos sobre cómo puede de verdad el yoga hacernos seres completos, son revelados en una encantadora historia de cuando estas preciosas enseñanzas llegaron al Tíbet desde su cuna, la India, hace más de mil años. El autor ha pasado años en monasterios tibetanos, siendo adiestrado por los últimos grandes Lamas del antiguo Tíbet en la lectura y práctica de los antiguos manuscritos originales acerca de los secretos del yoga. *Tu propia sanación y la de otros con el Yoga Sutra*

**GUESHE MICHAEL ROACH** es el primer occidental en 600 años que ha pasado el riguroso examen con el fin de conseguir el título de Gueshe, o catedrático en budismo, en el monasterio tibetano de Sera Me, tras 20 años de estudio. Es, además, licenciado por la Universidad de Princeton y ha recibido la medalla de "Presidencial Scholar" concedida por la Casa Blanca. Gueshe Michael es autor de más de treinta traducciones de textos antiguos, así como de los bestseller internacionales, *El Tallador del Diamante*, y el *Libro tibetano del Yoga*.