

SABIDURÍA DEL YOGA, LA

GUÍA DE LA VIDA EXTRAORDINARIA
PARA EL BUSCADOR ESPIRITUAL

Cope, Stephen

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484452218

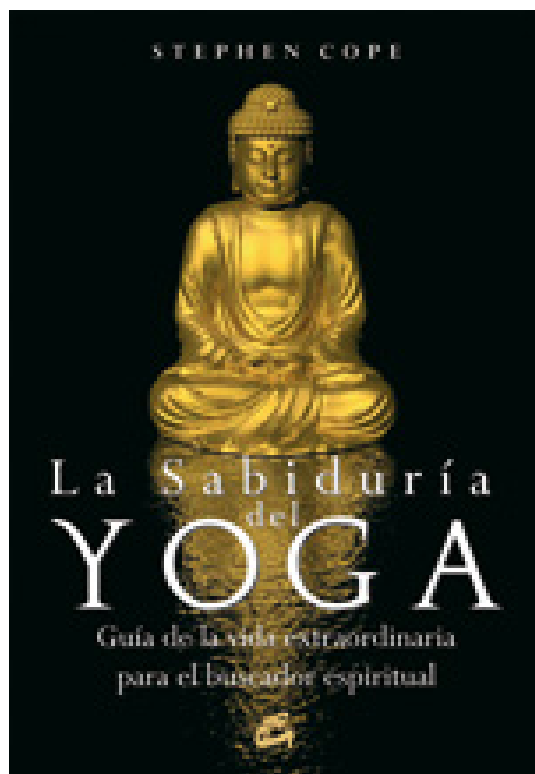
Páginas: 382

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,00 €

Coleccion: Espiritualidad - Yoga



SINOPSIS

Aunque muchos occidentales siguen concibiendo el yoga como una serie de posturas y ejercicios de respiración saludables, tales prácticas físicas son sólo una parte de una amplia y ancestral ciencia espiritual.

Los sabios yoguis han explorado sistemáticamente, durante más de tres mil años, las cuestiones esenciales de nuestra existencia humana: ¿cuáles son las causas primeras del sufrimiento, y cómo podemos conseguir la libertad y la felicidad?; ¿cómo existiríamos si funcionásemos con el máximo potencial de nuestra mente, nuestro cuerpo y nuestro espíritu?; ¿cómo es una vida humana óptima? ...

Los descubrimientos de estos sabios se recogieron de manera brillante en un tratado breve (pero de profunda cualidad) titulado Yoga-Sutra, que recoge con notable riqueza de detalles el camino completo del desarrollo interior, desde las prácticas que dan carácter y poder mental hasta los niveles más avanzados de la realización espiritual.

Es ésta una obra de enorme interés para los buscadores espirituales y los practicantes de yoga, que brinda las enseñanzas de la tradicional sabiduría del yoga para aplicar en la vida contemporánea. Una obra precisa y sabiamente accesible.

La sabiduría del Yoga, libro lleno de ingenio y de pasión, es un compañero y guía extraordinario para cualquiera que busque una mayor creatividad, mejores relaciones ...