

Yoga, cuerpo de vibración

Baret,Éric

Editorial: Presencia

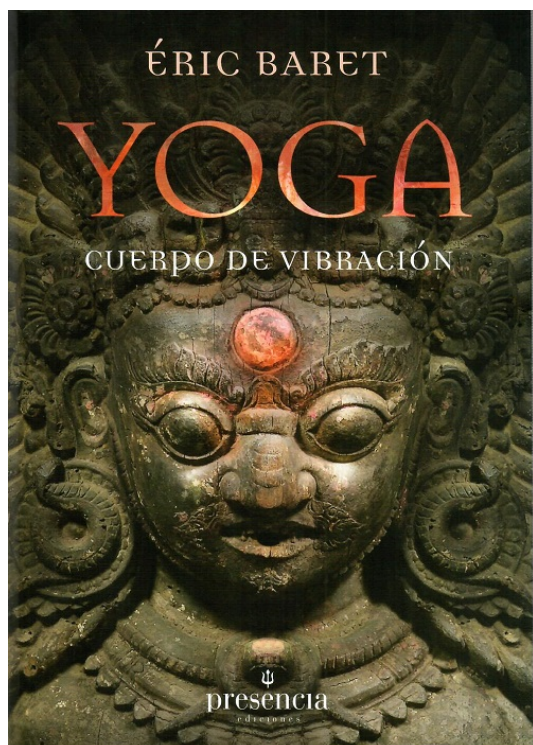
ISBN: 9788494454660

Páginas: 382

Dimensiones: 17.3 x 24.2 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 30,00 €



SINOPSIS

El yoga como arte ritual de exploración y celebración de la vibración es el aspecto más concreto del shivaísmo, saiva, de Cachemira. El presente libro describe la práctica corporal de esta vía, por mucho tiempo reservada a la tradición oral, tal como fue transmitida por Jean Klein a mediados del siglo XX.

En sentido clásico, el yoga es el arte de morir a uno mismo, el arte de celebrar nuestra verdadera naturaleza a través de una actitud corporal ritual, asana. En la actualidad, a menudo se interpreta como una técnica para favorecer el bienestar, como una gimnasia más o menos inteligente. Intentamos imponer al cuerpo un esquema exterior, arbitrario, pensando así poder purificarse. El yoga cachemir, al contrario, reconoce la anterioridad del arquetipo sobre el cuerpo. Entonces no se trata de conseguir nada, llegar a mantener tal o cual postura, sino más bien de darse cuenta de todas nuestras limitaciones y bloqueos, de la falta de sensibilidad que nos habita y tapa nuestra verdadera corporalidad. Una apertura que no proyecta deja a nuestro organismo ser realmente receptivo.

Sin tener nada que defender ni reivindicar, el cuerpo vuelve a ser lo que siempre ha sido, apertura multidimensional. La práctica de las posturas y el pranayama no son más que estímulos para esta receptividad.