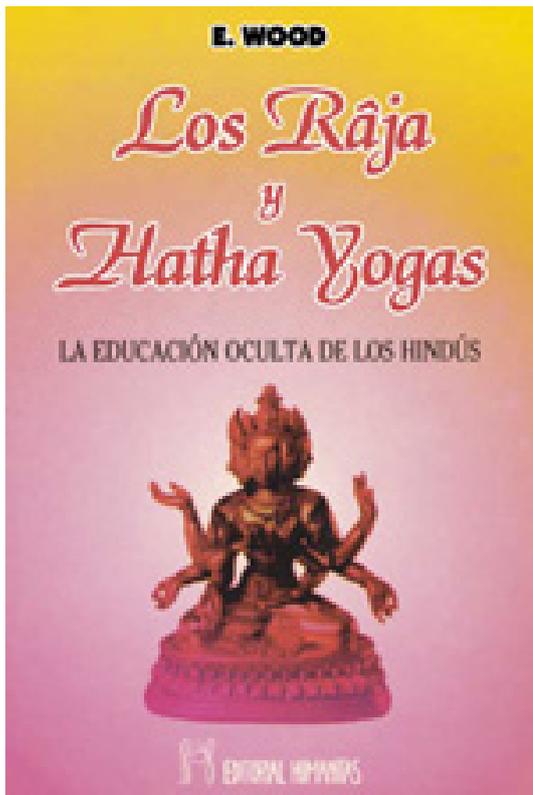


RAJA Y HATHA YOGAS, LOS

LA EDUCACIÓN OCULTA DE LOS HINDÚS
Wood, E.

Editorial: Humanitas
ISBN: 9788479102432
Páginas: 164
Dimensiones: 13,5 x 20,5
Encuadernación: Rústica
PVP.: 9,00 €



SINOPSIS

En toda la India hay personas que practican a diario la meditación. Y no sólo hacen esto gentes anticuadas e incultas, sino millares de hombres modernos que trabajan en oficinas del Gobierno o en negocios de todo género, pero que reservan una hora especial para dedicarse a la meditación, que es para ellos un deleite y jamás un trabajo.

En la práctica del yoga existen varias escuelas, que no son antagónicas, pues sus métodos se diferencian entre sí, para mejor acoplarse a las diferentes mentes de los hombres. Entre ellas destacamos el Râja Yoga y el Hatha Yoga.

El Râja Yoga, que se llama "râja" o real, porque el aspirante trata de hacerse señor de sí mismo de su vida por medio de su voluntad, de su amor y de su pensamiento, tres cualidades humanas que constituyen tres poderes distintos.

El Hatha Yoga, al que se aplica esta denominación teniendo en cuenta cierta parte de su enseñanza que tiene relación con el ejercicio de métodos especiales de prácticas aspiratorias y espiratorias, o "ha" y "tha", por medio de las cuales se intenta afectar al instrumento, al cuerpo, para que éste afecte a su vez al Yo interno.