

## Así piensa Swami Sivananda

Ciento ocho pensamientos y un poema  
Swami Sivananda

Editorial: Ediciones Librería Argentina (ELA)

ISBN: 9788499501086

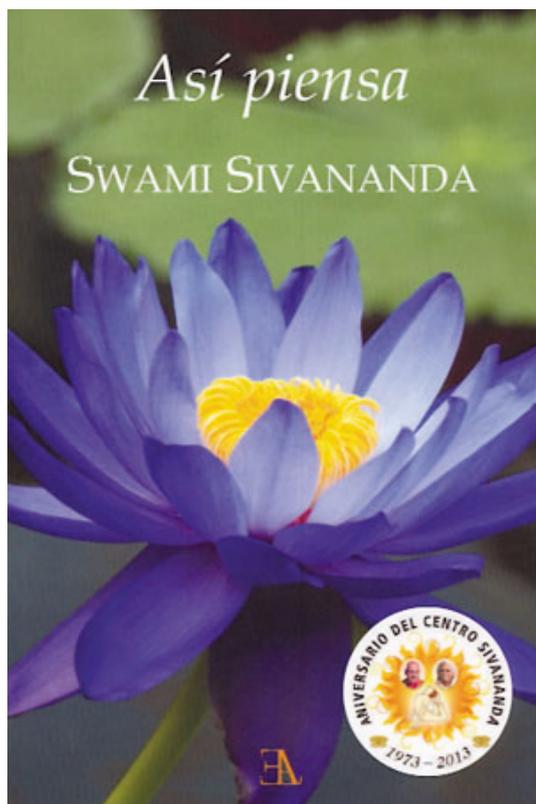
Páginas: 48

Dimensiones: 14 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 8,90 €

Colección: Swami Sivananda



### SINOPSIS

"Así piensa Sivananda" nos acerca ciento ocho pensamientos y un poema. Ciento ocho es el número de las cuentas del mala, el instrumento que los meditadores utilizamos para repetir el mantra. Ciento ocho pensamientos clasificados en diez decálogos, conjunto de consejos básicos para nuestra vida, síntesis de su reflexión. Diez temas, diez decálogos y ocho ideas sobre la salud, que van desde la esencia de lo que es el Yoga y de cómo iniciar su práctica hasta el silencio, pasando por el prana, el pensamiento, la concentración, el servicio desinteresado, la sadhana o práctica espiritual, la no violencia y el amor. Este mundo ha surgido del amor, existe en el amor y se disuelve finalmente en él, nos recuerda Sivananda. El amor es la fuerza motivadora del universo. El amor es la vida, la felicidad y el calor. Es un cordón de oro que ata un corazón a otro y un alma a otra. Pero el mala tiene ciento ocho cuentas y una cuenta diferenciada que simboliza el monte Meru o el Maestro. Por eso añadimos un poema que sintetiza su forma de pensar. Porque la vida es poesía, no prosa, según Sivananda. "El Ritmo es la Armonía, la Armonía es Paz la Armonía es el Supremo"  
Swami Sivananda