

editorial Kairós

Iyengar, B.K.S.

El corazón de los Yoga Sutras

La Guía esencial de la filosofía del yoga

El corazón de los Yoga Sûtras es un estudio de la esencia filosófica del yoga: los Yoga Sûtras de Patañjali, 196 aforismos, concisos e ilustrativos, que constituyen el fundamento de la ancestral filosofía del yoga. El maestro Iyengar los acompaña de brillantes comentarios y explicaciones para que el lector y la lectora modernos comprendan hasta qué punto la práctica del yoga puede transformar la mente, el cuerpo y el espíritu.

Esta magnífica introducción a la filosofía espiritual, fundamento de la práctica yóguica, es una guía completa e instructiva, útil tanto para los neófitos como para los profesores de yoga.



Editorial	Kairós
Col·lecció	Sabiduría perenne
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	352
Mida	230x150x mm.
Pes	507
Idioma	Español
Tema	Medicina y salud
EAN	9788499884356
PVP	20,00 €
PVP sense IVA	19,23 €

