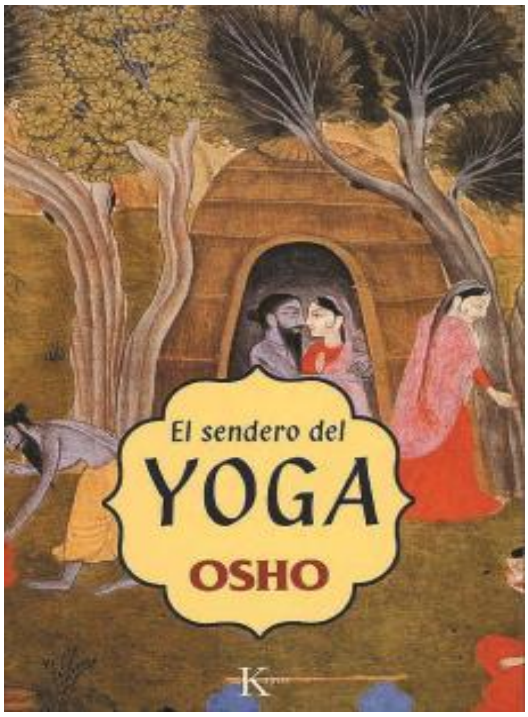
editorial Kairós

Osho

El sendero del Yoga

En la actualidad sobreviven del yoga, sobre todo, los ejercicios físicos que ayudan a lograr un estado vital más relajado y equilibrado. No obstante, como explica Osho, las posturas no vinieron primero, sino que los practicantes se dieron cuenta de que al alcanzar un estado meditativo, el cuerpo adoptaba ciertas posturas de modo natural. Al estar cuerpo y mente tan íntimamente conectados, es posible lograr cierta paz de espítritu mediante una postura corporal que corresponda a esta paz. Pero sería un error creer que el carro tira del caballo. Al retroceder a las enseñanzas originales como punto de partida. Osho aclara la relación cuerpo-mente y revela que el yoga no es una serie de ejercicios físicos, sino lo que él llama "una ciencia del alma".

En El sendere del yoga, Osho explica el sentido de algunos de los sutras más importantes de Patañjali, el primer "científico del alma", padre del raja y oga o "sendero real" que utiliza las posturas y la respiración principalmente como medios para alcanzar estados más elevados de conciencia. La nueva traducción de los textos antiguos, y las agudas percepciones de Osho sobre la mente moderna y su psicología, hacen que Patañajali reviva en estas páginas con un enfoque de la práctica del yog...



Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Sabiduría perenne
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	208
Neurria	130x200x mm.
Pisua	238
Hizkuntza	Español
Gaia	Religiones y espiritualidad
EAN	9788472455467
PVP	14,00 €
PVP,BEZik gabe	13,46 €

9788472455467