

editorial **K**airós

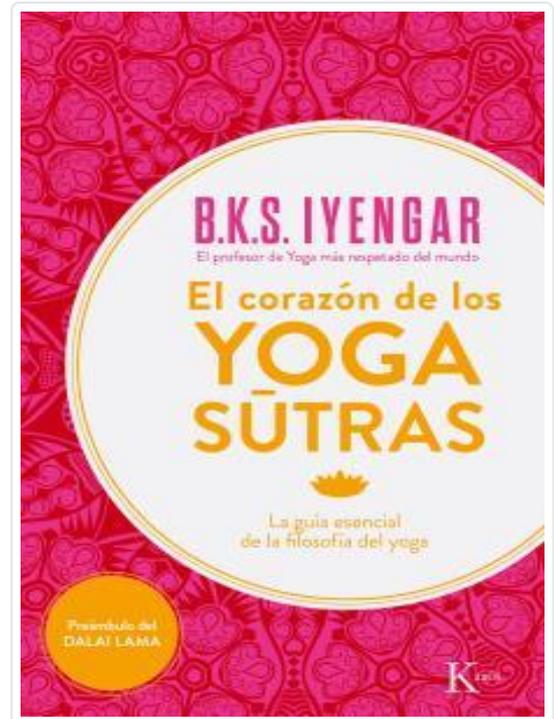
Iyengar, B.K.S.

## 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 Patanjali, 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
Colección	Sabiduría perenne
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	352
Tamaño	230x150x mm.
Peso	507
Idioma	Español
Tema	Medicina y salud
EAN	9788499884356
PVP	20,00 €
PVP sen IVE	19,23 €

