

editorial **K**airós

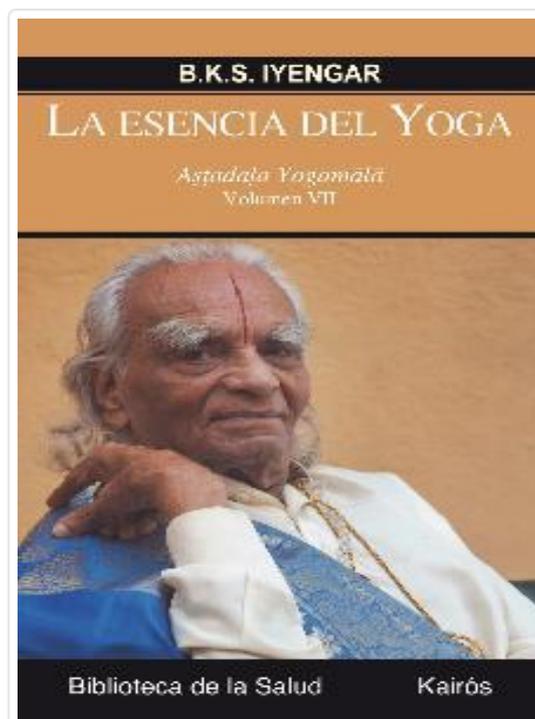
Iyengar, B.K.S.

## La esencia del Yoga VII

### Astadala Yogamala

La esencia del Yoga consiste en un vasto proyecto editorial cuyo objetivo es reunir todo el material de artículos, conferencias, entrevistas, sesiones de preguntas y respuestas y cursos de formación, ofrecidos por Yogacharya Iyengar. Este séptimo volumen inaugura la publicación de las sesiones de preguntas y respuestas que B.K.S. Iyengar ha ido concediendo durante sus años de enseñanza. Las preguntas y respuestas han sido clasificadas según sus contenidos, y en este volumen se presentan las que tratan del yoga en general, Patañjali y el yoga, los distintos estadios del astanga yoga, la psicología práctica del yoga y algunos ajustes particulares para la práctica de asana.

La obra, que ha sido seleccionada, corregida y supervisada personalmente por el propio B.K.S. Iyengar, está destinada a convertirse en otro referente indispensable tanto para los practicantes de yoga como para aquellos que deseen conocer y profundizar en esta incomparable tradición espiritual.



Editorial	Kairós
Colección	Biblioteca de la Salud
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	444
Tamaño	220x140x mm.
Peso	622
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788499884745
PVP	24,00 €
PVP sen IVE	23,08 €



9788499884745