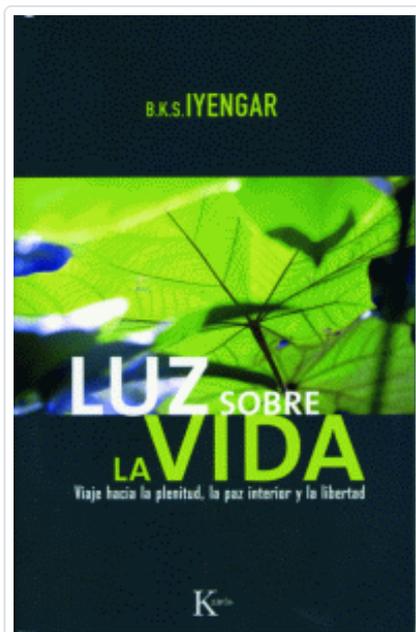


LUZ SOBRE LA VIDA



IYENGAR, B.K.S.

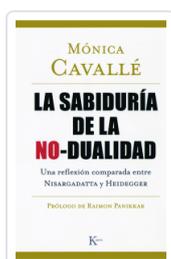
SINOPSIS

B.K.S. Iyengar, fundador del método de enseñanza yóguico conocido como "Yoga Iyengar", nos invita a realizar un viaje interior; un viaje pensado para mejorar y aumentar la estabilidad física, la vitalidad emocional, la claridad mental, la sabiduría intelectual y la beatitud espiritual. En este libro cálido, ingenioso, lúcido, útil y rebosante de humor, el maestro Iyengar alude al papel que las posturas y técnicas de respiración yóguicas desempeñan en nuestra búsqueda de plenitud, a los obstáculos externos e internos que nos impiden progresar a lo largo del camino y a la manera en que el yoga puede ayudarnos a vivir en armonía con el mundo que nos rodea. Utiliza anécdotas de su propia vida y ejemplos de la cultura moderna a fin de ilustrar que la percepción consciente que ofrece el yoga puede mejorar nuestra vida de muchas maneras, tanto prácticas como profundas. ...



Editorial	KAIROS
Materia	<Genérica>
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788472456532
Status	Disponible
Páginas	368
Tamaño	130xx20 mm.
Peso	496
Precio (Imp. inc.)	19,50€
Idioma	Español

Títulos relacionados



SABIDURIA DE LA NO-DUALIDAD
CAVALLÉ CRUZ, MONICA



TRANQUILOS Y ATENTOS COMO UNA RANA
SNEL, ELINE



CUEVA Y EL COSMOS
HARNER, MICHAEL



SENDA DEL CHAMAN
HARNER, MICHAEL