



Bellur Krishnamachar Sundararaja, Iyengar

Bellur Krishnamachar Sundararaja Iyengar, también conocido como Yogacharya B.K.S. Iyengar (Bellur, Kolar, 14 diciembre de 1918 ? Pune, 20 agosto de 2014), fue el fundador del Yoga Iyengar. Estaba considerado como uno de los maestros de yoga más importantes del mundo y llevaba practicando yoga más de 75 años. Escribió muchos libros sobre la práctica y filosofía yóguicas, entre los que destacan Luz sobre el Yoga, Luz sobre el Pranayama y Luz sobre los Yoga Sutras de Patañjali. También escribió numerosos textos de yoga de gran importancia. Existen centros de Yoga Iyengar por todo el mundo, y se estima que el Yoga Iyengar cuenta con millones de practicantes.

Recibió el Padma Shri en 1991, y el Padma Bhushan en 2002.



Yoga. Sabiduría y práctica

Autor: Bellur Krishnamachar Sundararaja, Iyengar

Blume

ISBN: 978-84-16138-89-0 / Tapa dura / 256pp | 195 x 235 cm

Precio: \$ 47.500,00

Prefacio 6 Reflexiones sobre mi vida 8 Luz sobre la práctica diaria 64 Un enfoque yóguico en la vida 182 Glosario 250 Índice de asanas 252

Citas bibliográficas 254

El cuerpo es finito y mortal, pero el alma es infinita y eterna. Iyengar trabajaba sobre el alma (jiv?tma) para abarcar su frontera ?el cuerpo? usando los cinco elementos de la naturaleza con sus infraestructuras, concretamente, tierra, agua, fuego, aire y éter con el olor, el sabor, la forma, el tacto y la vibración. En este equilibrio uniforme, el cuerpo se une divinamente con el Alma divina en una unión divina.