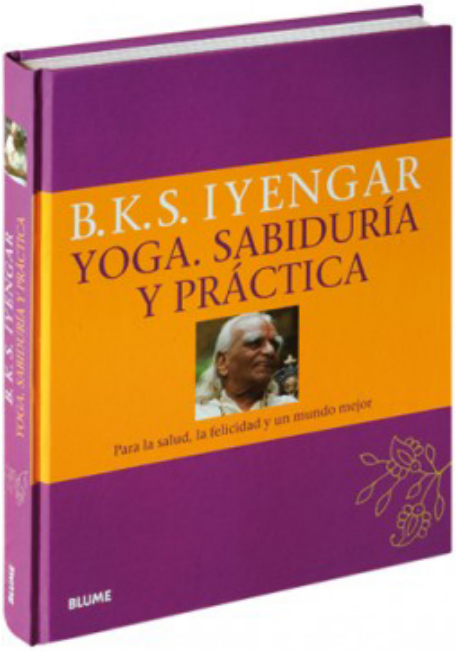


Yoga. Sabiduría y práctica

Autor: Bellur Krishnamachar Sundararaja, Iyengar

Blume
ISBN: 978-84-16138-89-0 / Tapa dura / 256pp | 195 x 235 cm
Precio: $ 50.900,00

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.

Bellur Krishnamachar Sundararaja, Iyengar
Bellur Krishnamachar Sundararaja Iyengar, también conocido como Yogacharya B.K.S. Iyengar (Bellur, Kolar, 14 de diciembre de 1918 - Pune, 20 de 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.