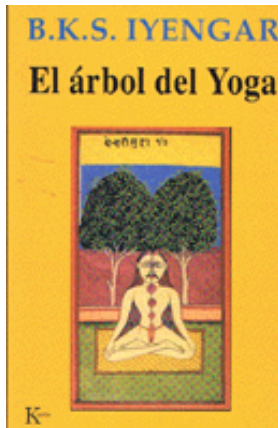


El árbol del yoga

publicado a la(s) hace 2 minutos por Jose Luis [actualizado el hace un minuto]



El árbol del yoga B.K.S. Iyengar

El libro más claro, conciso e iluminador acerca del Yoga, tanto en su vertiente más filosófica, como en su lado más práctico. El reconocido maestro Iyengar nos habla de **cómo el Yoga afronta temas de salud, de amor, de la muerte, de experiencia mística, de los maestros y de la enseñanza**. Un libro imprescindible tanto para los practicantes del Yoga como para aquellos que simplemente quieran conocer la esencia de la espiritualidad hindú.

Nacido en 1918 en la India, [B.K.S. Iyengar](#) es considerado el maestro de Yoga más importante del mundo. Tuvo una terrible infancia, llena de enfermedades, malnutrición y graves pérdidas familiares. La práctica del yoga, ya en su infancia, le permitió superar mucha de sus dolencias y decidió dedicar su vida a la enseñanza de esta práctica. Más tarde, y gracias a la ayuda del violinista Yehudi Menuhin, Iyengar pudo venir a Europa a principios de los años 1950s para dar a conocer el yoga a los europeos, empezando así un largo periplo por el mundo donde sus numerosos centros de yoga han acogido a millones de estudiantes.

[Comprar Libro](#)