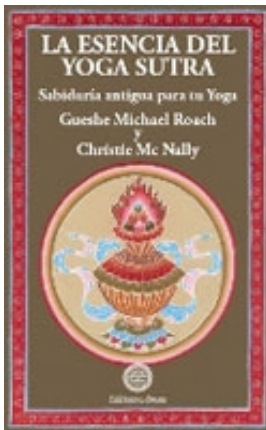


# La esencia del yoga sutra

publicado a la(s) hace 3 minutos por Jose Luis [ actualizado el hace un minuto ]



## La esencia del yoga sutra

Gueshe Michael Roach, Christie Mc Nally

EL Yoga Sutra es el primero y el más relevante de cuantos libros de yoga se hayan escrito jamás. Fue compuesto en lengua sánscrita por el Maestro indio Patanjali, hace aproximadamente diecisiete siglos. Este Sutra es considerado la fuente genuina por todas las escuelas modernas de yoga, incluida la Ashtanga, Iyengar, Bikram, Anusara y la escuela del Yoga Tibetano del Corazón. Es el libro que todo practicante Maestro de yoga debe leer y aplicar. Se trata de una guía tanto para el yoga como para la vida. Esta traducción con comentario del Sutra, facilita su uso en la práctica de yoga personal. Es clara y precisa y se fundamenta en más de 100 antiguos manuscritos originales de la India y el Tíbet a los que nunca antes se habían tenido acceso en inglés.

[Comprar Libro](#)

**Michael Roach** es un monje budista plenamente ordenado que obtuvo su título de Gueshe (Maestro de Budismo) en el monasterio tibetano de Sera Me, después de veintidós años de estudios. Maestro de Budismo desde 1981, es también erudito en Sánscrito, Tibetano y Ruso, y ha traducido numerosos trabajos. Gueshe Michael es licenciado por la Universidad de Princeton. Durante muchos años trabajó en Nueva York como director de una gran firma de diamantes. Es fundador y director del Instituto Clásicos de Asia y del Proyecto Input Clásicos de Asia. Ha contribuido activamente a la restauración del monasterio de Sera Me. En la actualidad vive entre Nueva York y Arizona.

**Christie McNally** es traductora especialista en antiguos textos sánscritos y tibetanos. Es licenciada por la Universidad de Nueva York y profesora en la Universidad Diamond Mountain.