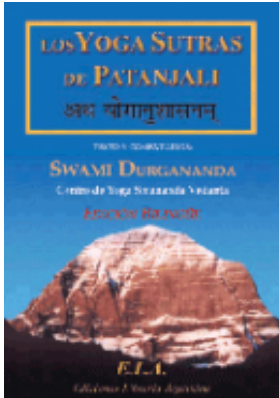


[Actividades](#) > [YOGA](#) > [Libros Yoga](#) >

# Los Yoga Sutras de Patanjali

publicado a la(s) hace 12 minutos por Jose Luis [ actualizado el hace 7 minutos ]



## Los Yoga Sutras de Patanjali

*Edición cuidada por* Swami Durgananda

La autoconfianza y la autodisciplina son requisitos fundamentales en el camino espiritual. Sin autodisciplina, ni siquiera los más inteligentes pueden beneficiarse de las enseñanzas del Yoga. Los grandes profetas, como Jesús y Buda, pasaron muchos años en la práctica de la meditación y la contemplación.

Los Yoga Sutras de Patanjali Maharishi es un manual completo para la investigación y el control de nuestros propios pensamientos. Es una escritura clásica y una guía holística para los aspectos físicos, mentales y espirituales de la meditación.

[Comprar Libro](#)

El presente libro es una fuente maravillosa para los que practican Yoga en Occidente, especialmente para aquellos que estudian la parte psicológica del Yoga, la psicología más antigua de la humanidad.

Los prácticos y dinámicos comentarios de Swami Durgananda sobre los Raja Yoga Sutras proceden de sus conferencias en el Curso Avanzado de Formación de Profesores de Yoga, celebrado en Marzo de 2001. Son fruto de la inspiración de los grandes Yoguis Sri Swami Sivananda y Sri Swami Vishnu-devananda y de su intensa práctica personal y experiencia en la enseñanza durante treinta años.

**Swami Durgananda** es directora de los centros internacionales de Yoga Sivananda Vedanta en Europa.