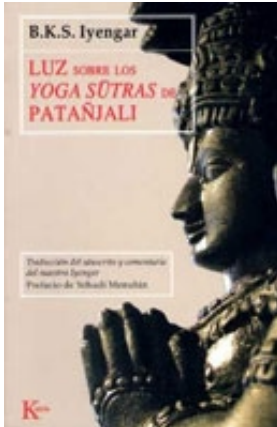


Luz sobre los Yoga Sutras de Patañjali

publicado a la(s) hace 2 minutos por Jose Luis



[Comprar Libro](#)

Luz sobre los Yoga Sutras de Patañjali

B. K. S. Iyengar

La **filosofía del yoga** fue descrita por primera vez en los *Yoga-sutras*, una recopilación de aforismos transmitida hace más de dos mil años por el sabio indio Patañjali.

Estos *sutras* consituyen el primer estudio de la psique humana, y siguen siendo su exposición más profunda e iluminadora. En ellos **Patañjali aborda el enigma de la existencia humana** y muestra cómo, a través de la práctica del yoga, podemos autotransformarnos, controlar la mente y las emociones, superar los obstáculos de nuestra evolución espiritual y alcanzar la meta del yoga: kaivalya, la liberación del apego a los deseos y acciones mundanas, y la unión con lo divino.

Esta edición única contiene una **nueva traducción de los sutras** y también un **comentario a cargo del más importante maestro de yoga del mundo, B.K.S. Iyengar**, que ha enriquecido el texto con su propia sabiduría y experiencia en la práctica del yoga. El resultado es un libro útil y accesible, de inmenso valor tanto para estudiantes de la filosofía índica como para los practicantes de yoga.

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.