

# La Meditacion segun los Yoga Sutras

## (Spanish Edition)

La meditación es una práctica muy antigua: Las prácticas espirituales que buscan trascender el estado común de conciencia pueden ser rastreadas en muchas sociedades e incluso hasta en las prácticas shamánicas de la Era Paleolítica. Las primeras escrituras formales sobre la meditación aparecen alrededor del tercer siglo A. de C. en los textos budistas Abhidharma, en los Yoga Sutras de Patanjali en el segundo siglo A. de C. y en el texto budista Pali Canon, en el primer siglo A. de C.

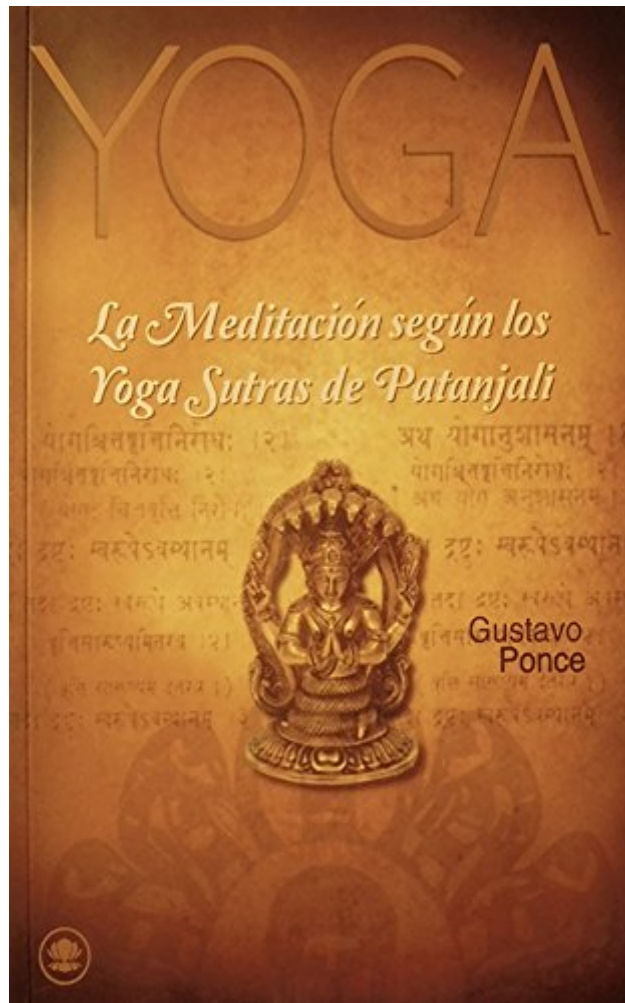
Hoy la meditación es un término genérico que indica un vasto rango de prácticas para auto regular las emociones y la atención y es considerada como una experiencia inherente presente en la mayoría de las religiones y tradiciones filosóficas. La meditación puede inducir a ciertos estados alterados de conciencia, aún cuando éstos ocurren después de mucha práctica y de largas horas de dedicación cada día.

En la meditación, la quietud del cuerpo al estar sentado es esencial aún cuando existen ciertas meditaciones en las que el cuerpo debe estar en movimiento.

Gustavo Ponce nace en Santiago de Chile en 1947. Director fundador de Yogashala Chile y del centro Canal Om Wellness by the Sea. Fue embajador de Chile en Japón hasta 1990.

Estudió en India muchos años con B.K.S. Iyengar, J. Yogendra, K. Pattabhi Jois, T.K.V. y K. Deskachar. Su espíritu creativo y marcada individualidad lo conducen a crear sus propios métodos de Hatha Yoga inspirados en los métodos mencionados: Axis, Dynamic, Prana Shakti y Sattva Yoga, que él y sus discípulos enseñan a través de Latinoamérica y en frecuentes talleres en Europa, incluido España.

La Meditacion segun los Yoga Sutras (Spanish Edition) por Gustavo Ponce fue vendido por £2.50 cada copia. Contiene 257 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : La Meditacion segun los Yoga Sutras (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: April 12, 2016
- Número de páginas: 257 páginas
- Autor: Gustavo Ponce

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer La Meditacion segun los Yoga Sutras (Spanish Edition) en línea. Puedes leer La Meditacion segun los Yoga Sutras (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

[LEER ON-LINE](#)

## **Libro**

Desde los orígenes, la humanidad ha tenido que hacer frente a una cuestión fundamental: la forma de preservar y transmitir su cultura, es decir, sus ...

## **Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria**

Web oficial de la Universidade da Coruña. Enlaces a centros, departamentos, servicios, planes de estudios.