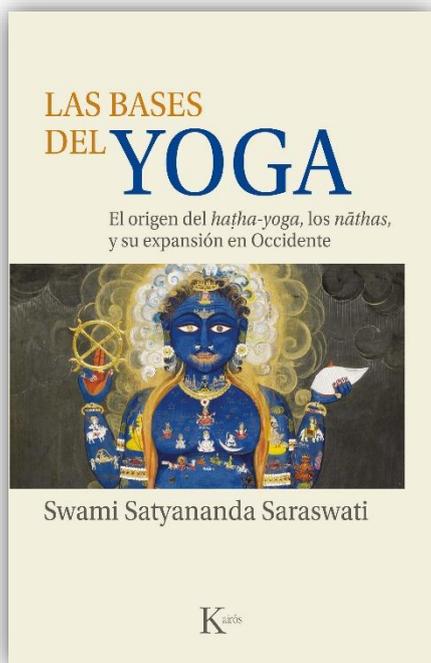


DOSIER DE PRENSA



Las bases del yoga

Swami Satyananda
Saraswati

El origen del *hatha-yoga*, los *nathas*
y su expansión por Occidente

Formato:	13 x 20 cm
Núm. de pág.:	424
PVP:	18 €
ISBN:	978-84-9988-915-3
Colección:	sabiduría perenne

SINOPSIS

Un libro imprescindible para entender la profundidad del movimiento yoga.

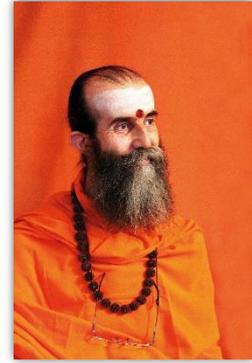
El yoga es cada día más popular en Occidente, a la vez que va tomando formas más alejadas de su esencia y propósito original. Este libro nos abre las puertas a la profunda cosmovisión del *yoga*. Cita sus fuentes originales, desde los *Vedas* y las *Upanishads*, la *Bhagavad Gita*, los *Yoga Sutras*, los textos clásicos del *hatha-yoga*, pasando por las poco conocidas vidas de los maestros *nathas*, hasta llegar a los grandes yoguis contemporáneos.

Un texto apasionante donde el autor, que ha recorrido de primera mano el proceso interior del yoga, nos lleva a descubrir sus bases, sus prácticas y su legado ancestral que se ha mantenido vivo de maestro a discípulo hasta el presente; y a comprender el proceso del yoga, desde sus orígenes milenarios hasta la forma en que se enseña hoy en día en Occidente.



EL AUTOR

Swami Satyananda Saraswati es monje y maestro hindú. Nacido en Barcelona, ha vivido la mayor parte de su vida en la India dedicado a la práctica, estudio y contemplación de la tradición del *yoga*, el *advaita-vedanta* y el shivaísmo de Cachemira. Fundador de la asociación Advaitavidya, la comunidad Kailas Ashram y de Ediciones Advaitavidya. Es autor de numerosos textos y libros de temática índica como *El hinduismo*, *Mauna* y *Sādhana*, entre otros.



© Advaitavidya

FRASES RELEVANTES DEL LIBRO

- «El *yogī* no busca en el exterior, sino que busca en su interior y aspira a reconocer lo que ya Es».
- «Quizás algunos podéis suponer que, por estar en la misma sala y escuchando la misma enseñanza, estamos viviendo todos la misma experiencia. Esto es absolutamente falso. Cada uno está en su mundo, en «su propia sala» y escucha esta enseñanza a su manera; todo es siempre una proyección de nuestra mente.»
- «El gran trabajo del *yogī* es mantenerse en un estado de conciencia hasta que devenga plenamente permanente y natural. El *yogī* debe ser como la luz de una vela en un lugar protegido por completo, sin experimentar el más mínimo movimiento. Así, la mente del *yogī* se convierte en no mente».
- «Cuando en el *yogī* predomina la pureza, este experimenta felicidad, paz y un contentamiento natural; cuando predomina la tendencia hacia la acción con deseo, aparecen en su mente la codicia, la inquietud y el anhelo; y cuando predomina la inercia, su mente se sume en la oscuridad, la pereza y el engaño».
- «El *yogī* que ha alcanzado la sabiduría, establecido en su esencia inmutable, observa cómo su cuerpo y su mente actúan sin cesar, reconociendo que es la naturaleza primordial la única que actúa, permaneciendo sin apego y sin deseo».

Para concertar una entrevista con Swami Satyananda, no dudes en contactar.

¡Que tengas un buen día!

Bibiana Ripol – 93 368 84 66 – 607 71 24 08 – bibiana@ripol.es

Gerard Lombarte – 652 40 90 15 – comunicacion@ripol.es

