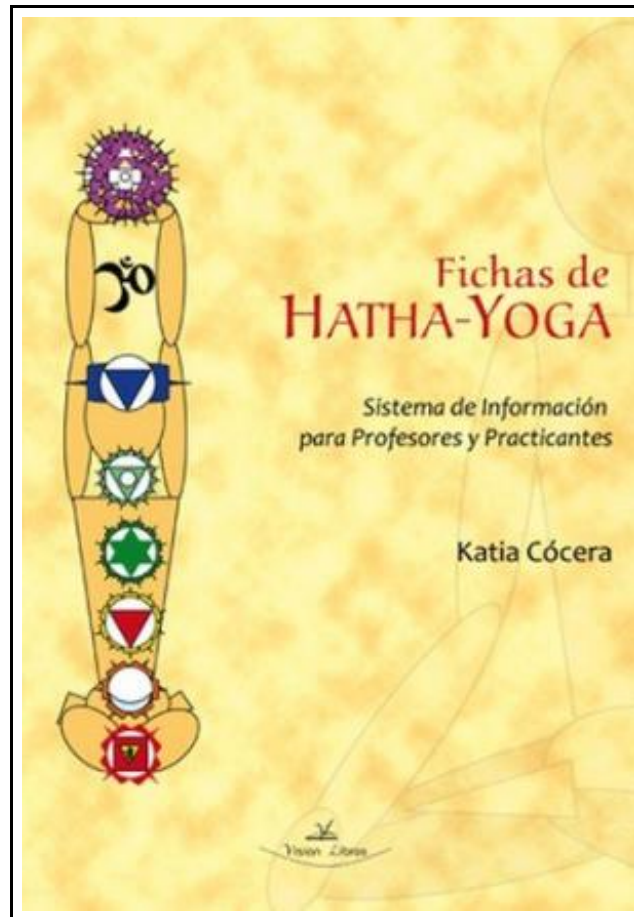


FICHAS DE HATHA-YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES



Filesize: 8.85 MB

Reviews

A new electronic book with an all new standpoint. It usually fails to charge too much. Its been printed in an exceedingly basic way in fact it is simply following i finished reading this book through which basically altered me, affect the way in my opinion.

(Dr. Amie Bogisich)

FICHAS DE HATHA-YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES



To save FICHAS DE HATHA-YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES eBook, remember to click the button beneath and download the ebook or gain access to additional information which are have conjunction with FICHAS DE HATHA-YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES ebook.

VISIÓN LIBROS (GRUPO VISIÓN NET). Encuadernación de tapa blanda. Book Condition: Nuevo. Hatha-Yoga, una práctica de gran alcance El objetivo de esta recopilación de datos es ofrecer al profesorado y otras personas interesadas en la metodología del Hatha-Yoga una formulación sistemática de sus principales elementos, de forma concisa y expresiva, a fin de facilitar su estudio y memorización. Inspiradas en la experiencia docente, su utilidad abarcaría desde la preparación para las pruebas oficiales hasta servir de base orientativa para la tan necesaria investigación científica en este campo, muy especialmente en lo relativo a la salud o Yoga terapéutico. La expresión Hatha-Yoga, "Yoga por fuerza", alude al poder de esta técnica para alcanzar el estado de Unión o estado de Yoga. Su mención escrita más antigua parece ser algún Yoga-Upanishad imposible de datar, como Varaha o Yoga-tattva, pero será un texto del siglo X u XI, el Goraksha Shataka, el primero en tratar de las prácticas, seguido del Hatha (Yoga) Pradipika de Svati marama, hacia el s. XV. Más adelante se sumarán la recopilación de Gheranda (Gheranda Samhita, siglo XVII) y la anónima denominada Shiva Samhita (siglos XVII-XVIII), aunque hay quien la fecha con anterioridad a las otras obras. Al tratarse principalmente de prácticas corporales, Hatha es considerado en Occidente como el Yoga físico, conocido sobre todo por las famosas posturas o asana. En realidad asana es sólo el tercer nivel de los ocho clásicos que el Yoga engloba, relativo a las prácticas de colocación del cuerpo, seguido de las de control del soplo vital o pranayama, que constituyen el cuarto nivel. El primero y el segundo consisten en actitudes hacia el exterior y hacia el interior que implican una maduración psicológica previa. A partir del quinto nivel las prácticas son fundamentalmente de tipo psíquico, incluida la llamada meditación (contemplación es la...



[Read FICHAS DE HATHA-YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES Online](#)



[Download PDF FICHAS DE HATHA-YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES](#)

Relevant Books

**[PDF] Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition**

Click the link listed below to download and read "Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition" document.

[Save Document »](#)

**[PDF] El Desaf**

Click the link listed below to download and read "El Desaf" document.

[Save Document »](#)

**[PDF] Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love**

Click the link listed below to download and read "Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love" document.

[Save Document »](#)

**[PDF] The Secret That Shocked de Santis (Paperback)**

Click the link listed below to download and read "The Secret That Shocked de Santis (Paperback)" document.

[Save Document »](#)

**[PDF] Psychologisches Testverfahren**

Click the link listed below to download and read "Psychologisches Testverfahren" document.

[Save Document »](#)

**[PDF] Nautical Coloring Book: An Advanced Adult Coloring Book of Nautical, Maritime and Seaside Scenes (Paperback)**

Click the link listed below to download and read "Nautical Coloring Book: An Advanced Adult Coloring Book of Nautical, Maritime and Seaside Scenes (Paperback)" document.

[Save Document »](#)