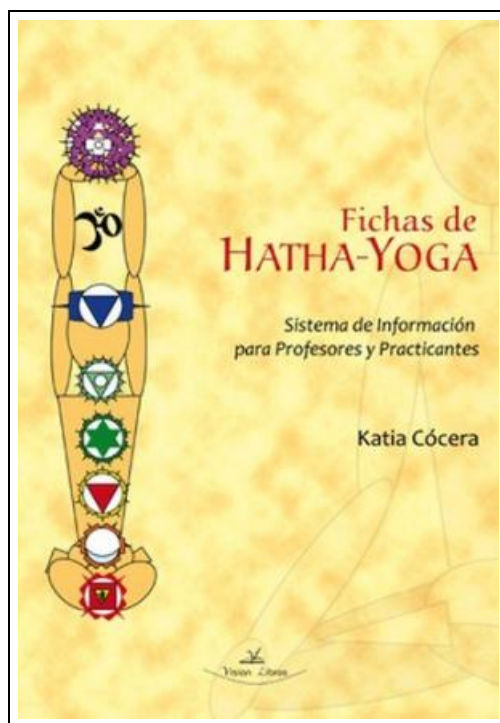


FICHAS DE HATHA - YOGA: SISTEMA DE INFORMACION PARA PROFESORES Y PRACTICANTES



Filesize: 3.45 MB

Reviews

This composed pdf is fantastic. It normally will not expense too much. You will like how the writer write this publication.
(Dr. Jerald Hansen)

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



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 Svatiarama, 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

See Also



Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love

Cajunflair Publishing. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 112 pages. Dimensions: 8.0in. x 5.0in. x 0.3in. Its late 1974, and high school student, Melinda Dawson is in serious trouble. Within two hours of revealing her suspected pregnancy...

[Read ePub »](#)



Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition

Pinata Books. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 178 pages. Dimensions: 8.3in. x 5.4in. x 0.6in. First ever Spanish-language edition of the critically acclaimed collection of short stories for young adults by a master of Latino literature...

[Read ePub »](#)



The Secret That Shocked de Santis

Harlequin, United States, 2016. Paperback. Book Condition: New. Not for Online.. 165 x 104 mm. Language: English . Brand New Book. How is she going to tell him? Army lieutenant Stella Zambrano had the surprise...

[Read ePub »](#)



Letters to Grant Volume 2: Volume 2 Addresses a Kaleidoscope of Stories That Primarily, But Not Exclusively, Occurred in the United States. It de

Createspace, United States, 2013. Paperback. Book Condition: New. 216 x 140 mm. Language: English . Brand New Book ***** Print on Demand *****. Volume 2 addresses a kaleidoscope of stories that primarily, but not exclusively, occurred...

[Read ePub »](#)



365 historias b?blicas para la hora de dormir / 365 Read-Aloud Bedtime Bible Stories

Barbour Pub Inc, 2015. PAP. Book Condition: New. New Book. Shipped from US within 10 to 14 business days. Established seller since 2000.

[Read ePub »](#)