

editorial **K**airós

Goraksanatha

## Goraksasataka y yogabija

### Dos textos seminales de haṭhayoga

Hablar de yoga nos lleva irremediabilmente a pensar en posturas físicas. También en meditación. Pero, ¿qué relación existe entre una y otra cosa? Y la respiración, ¿qué papel juega en todo esto? En última instancia: el yoga, ¿busca unir, o separar el cuerpo y la mente?

Parecería que la tradición de posturas yóguicas tiene su exponente más importante en el haṭhayoga, una tradición que se remonta a unos mil años atrás. Sin embargo, entre esa tradición y la práctica contemporánea de yoga existen muchas discrepancias y un sinfín de transformaciones que dan cuenta de la gran diversidad que el mundo del yoga siempre ha tenido.

Este volumen presenta por primera vez a un público amplio Las cien estrofas de Gorakṣa (Gorakṣasataka) y El germen del yoga (Yogabija) en traducción directa del sánscrito al español. Son textos muy poco conocidos en nuestra lengua, pero cardinales en la evolución de esta corriente de yoga. Acompañados de un estudio muy riguroso, las dos obras servirán de apoyo invaluable para toda persona interesada en las prácticas y enseñanzas de esta fascinante tradición yóguica.

Gorakṣanātha



## GORAKṢAŚATAKA Y YOGABĪJA

Dos textos seminales de  
**HAṬHAYOGA**

Traducción del sánscrito y ensayo introductorio de  
**Adrián Muñoz**



Editorial	Kairós
Col·lecció	Clásicos
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	256
Mida	200x130x16 mm.
Pes	293
Idioma	Español
Tema	Filosofía
EAN	9788411212366
PVP	18,00 €
PVP sense IVA	17,31 €


**9788411212366**