



Prezzo di vendita26,60 €

~~Prezzo base, tasse incluse~~ 28,00 €

Sconto -1,40 €

Autore: Swami Niranjanananda Saraswati.

Descrizione

LINGUA:Italiano

PAGINE:440 Con illustrazioni

CASA EDITRICE:Edizioni Satyananda Ashram Italia

Questo è un testo informativo sul prana che presenta le pratiche classiche di pranayama e prana vidya insegnate dalla Bihar Yoga. Questo testo espone la teoria del prana e presenta una descrizione sistematica dei metodi basilari di respirazione, delle tecniche di espansione della capacità respiratoria e delle differenti pratiche di pranayama, comprendente istruzioni e illustrazioni dettagliate, e i differenti stadi di prana vidya. Questa edizione include la pratica originale di prana vidya così come insegnata da Paramahansa Satyananda.

Per le sue caratteristiche questo testo è particolarmente indicato per i praticanti di livello intermedio e avanzato e per gli insegnanti di yoga.