

46ª Edição

DeROSE

TRATADO
DE
YÔGA

O livro que contém o maior acervo de técnicas de Yôga, com mais de 2000 fotos

स्वास्थ्य योग श्री दे रोसे

Seu maior fornecedor
EGRÉGORA

wikilivros

Tratado de Yôga: Yôga Shástra

Trata-se da obra mais completa do mundo em toda a História do Yôga. Uma verdadeira enciclopédia que, em suas mais de 1000 páginas, serve tanto para os estudiosos das mais diversas linhas, quanto para os profissionais da área. Com vinte e cinco anos de viagens à Índia, mais de 30 livros publicados, milhares de cursos e palestras ministrados em todo o mundo, o escritor DeRose compartilha generosamente com o leitor seus mais de 50 anos de magistério. O livro ensina técnicas como: meditação, respiração (pránáyámas), procedimentos corporais (ásanas) e de descontração (yôganidrá), vocalização (mantras), e outras. Além da vasta parte técnica, a obra aborda conceitos de karma, egrégora, chakras, kundaliní e samádhi (autoconhecimento). Esclarece também sobre o dia-a-dia do praticante, a alimentação a ele recomendada e muito mais. Ainda, a partir desta edição, o Tratado de Yôga vem com uma tradução do Yôga Sútra de Pátañjali e com dezenas de links, para que o leitor possa assistir horas e horas de aulas e ouvir áudios de mantras, pronúncias de sânscrito e mensagens gravadas pelo próprio autor. Aprofunde seus conhecimentos junto a uma das maiores eminências mundiais sobre filosofia hindu, considerado hoje a maior autoridade brasileira neste segmento.

[Clique aqui para obter este livro](#)