

METAMORFOSIS DE YOGA



Nº de páginas:	134 págs.
ISBN:	9788416765867
Año edición:	2017
Editorial:	MANDALA EDICIONES
Plaza de edición:	ES
Lengua:	CASTELLANO
Autor:	MARIA GABRIELA FERNANDEZ ARGUELLO
Categoría:	Autoayuda y Espiritualidad

[METAMORFOSIS DE YOGA.pdf](#)

[METAMORFOSIS DE YOGA.epub](#)

En relación con mis experiencias, digo que hay un color, una tendencia de practicar a veces desde la fuerza física. De mostrar un cierto entrenamiento en las posturas o Âsanas, diría con cierta eficacia, de poder con todo. Reflexiono en esto porque también toqué estas sensaciones en un comienzo, y a lo largo de muchos años en formación, repitiendo años de estudio sin estar del todo satisfecha. ¿Cuál era el camino entonces?, ¿cómo seguir descubriendo el “Yoga amable”, el del equilibrio interno y externo, el que se parece al movimiento de la mujer.