

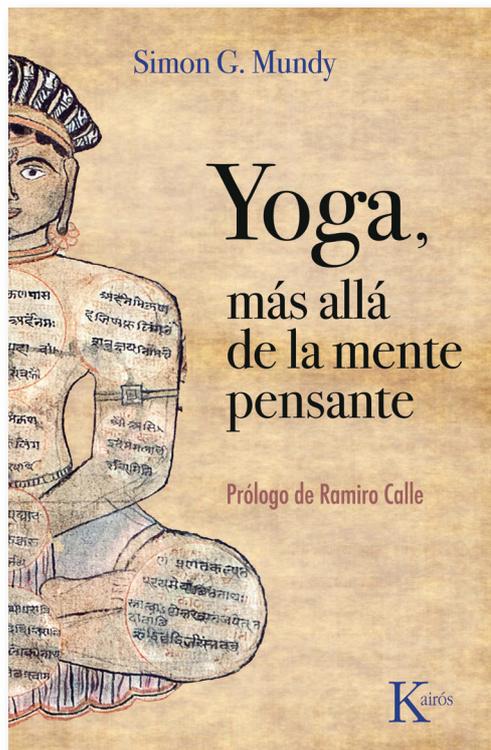
# Yoga, más allá de la mente pensante

Simon G. Mundy | Prólogo de Ramiro Calle

Septiembre 2023  
2ª quincena

## Argumentos de venta

1. Una inteligente –y provocadora– lectura del yoga y la meditación.
2. Reúne las enseñanzas de los sabios de la antigua India en un lenguaje moderno y práctico.
3. Mundy tiene una larga experiencia como instructor de yoga, vipassana y artes marciales.
4. Aporta claves hasta ahora desconocidas para entender la meditación y el yoga.



ISBN: 978-84-1121-176-5 | BISAC: HEA025000  
15 x 23 cm | 352 págs. | PVP: 24€ | Precio sin IVA: 23,08€  
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Yoga – Espiritualidad



**Simon G. Mundy** tiene más de 50 años de experiencia en la práctica de yoga, meditación vipassana, karate y otras artes marciales, nutrición, bienestar, senderismo y guitarra flamenca. Es coautor de varios libros en español con el profesor Ramiro Calle sobre yoga, meditación, budismo y taoísmo.

**Y**oga, más allá de la mente pensante presenta una nueva perspectiva sobre la naturaleza de la mente y la conciencia basada en una reevaluación de los antiguos yogas de Mahavira, Patañjali y el Buda. Con un conocimiento de primera mano y una aguda lectura de sus enseñanzas, Mundy recupera la antiquísima y magistral enseñanza jainista sobre la relatividad, confirma la no-violencia como el único fundamento para una convivencia armoniosa, muestra el código profundo (y su descodificación) que es clave en la práctica de *satipatthana* y toma la antigua filosofía Samkhya como la más acertada aproximación acerca de la estructura fundamental del cosmos.

«El yoga ha sido un dilema desde tiempos de Patañjali. Tú lo has reescrito para los tiempos modernos. ¡Eso es un gran logro!»

— WIM HOF «ICEMAN»

## TÍTULOS RELACIONADOS

