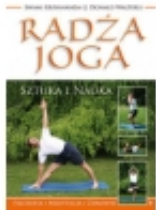


Link do produktu: <https://www.fraida.pl/radza-joga-sztuka-i-nauka-p-2000.html>



Radza joga. Sztuka i nauka

Cena	47.50 zł
Dostępność	niedostępny online - sprawdź w sklepie stacjonarnym
Numer katalogowy	9788360528457
Kod EAN	9788360528457
Producent	KOS
Autor	SWAMI KRIYANANDA (J. Donald Walters)

Opis produktu

Książka „Radza Joga. Sztuka i nauka” zawiera czternaście lekcji, z których w całej swej chwale wyłania się oryginalna nauka jogi – sprawdzony system służący urzeczywistnieniu własnego przeznaczenia duchowego. Jest to najobszerniejszy kurs jogi i medytacji dostępny obecnie na rynku, dający czytelnikowi gruntowne i dogłębne zrozumienie tego, w jaki sposób można zastosować te stare jak świat techniki na codziennej praktycznej i duchowej płaszczyźnie życia we współczesnym wieku.

Ponad 450 stron tekstu i zdjęć w pełni i szczegółowo prezentuje hatha jogę (postawy jogi), filozofię jogi, afirmacje, naukę medytacji i techniki oddechowe. Ponadto znajdują się tu sugestie dotyczące codziennej praktyki jogi, pomocne informacje na temat odżywiania się oraz alternatywne techniki uzdrawiające. Zastosuj te nauki i techniki w swoim codziennym życiu, a osiągniesz najwyższy potencjał duszy: prawdziwe szczęście, wewnętrzny spokój i żywą radość swej duszy.

Pozostałe informacje (w formacie PDF):

[Wstęp](#)

[Przedmowa](#)

[Spis treści](#)

[Przykładowy fragment książki \(~10 MB\)](#)

[Tył okładki](#)

ISBN: **978-83-60528-45-7**

liczba stron: **544**

format: **B5**

oprawa: **miękką**