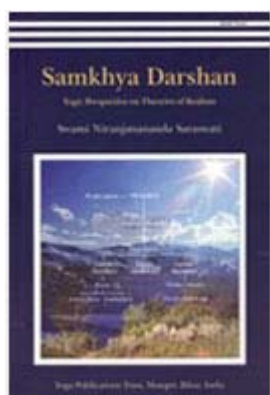


## Edizioni Bihar School of Yoga

Da 40 anni la Bihar Yoga pubblica libri e articoli su tutti gli aspetti dello yoga attraverso la Bihar School of Yoga e la sua Casa Editrice - Yoga Publications Trust. Tutte le edizioni della Bihar Yoga sono scritte da Swami Satyananda e di Swami Niranjan o sotto la loro guida e mirano a mantenere l'autenticità, la chiarezza e la profondità di cui è famosa la nostra tradizione.

### SAMKHYA DARSHAN



**Euro 15,00**

**Autore: Swami Niranjanananda Saraswati**

Il Samkhya è una delle prime scuole di filosofia indiana da cui hanno attinto molti sistemi, incluso lo yoga, o ne sono stati influenzati. Il Samkhya è una filosofia dualistica e presuppone due realtà eterne: Purusha, la coscienza testimone, e Prakriti, la causa originaria della creazione, composta dai tre guna.

Questo testo mette in evidenza il contributo unico della filosofia Samkhya nella ricerca dell'uomo di capire la sua vera natura e tratta in modo pratico delle teorie sul principio di causa ed effetto, sulla manifestazione, la costrizione e la liberazione. Per l'aspirante spirituale, il Samkhya è la metafisica della realizzazione del sé e lo yoga è il sadhana o il mezzo per conseguirla.

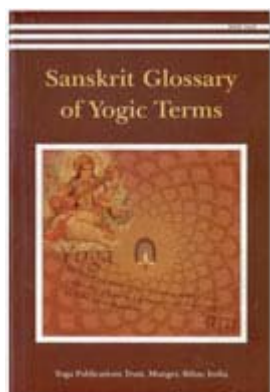
Samkhya Darshan contiene il testo sanscrito completo di Ishvara Krishna Samkhya Karika accompagnato dalla traslitterazione e dalla traduzione.

---

**Note: Pagine 134 | Lingua: Inglese**

**Genere: Tutti**

### SANSKRIT GLOSSARY OF YOGIC TERMS



**Euro 16,00**

**Compilato da: Swami Yogakanti**

Questo glossario Sanscrito contiene una grande quantità di definizioni dello yoga e di argomenti relativi, includendo le varie filosofie, le tradizioni dello yoga e i concetti.

Esso intende essere un aiuto per i praticanti di yoga che cercano di approfondire il significato del linguaggio simbolico e metaforico dello yoga. Può essere utilizzato come guida per comprendere la precisione e sottili associazioni delle parole in Sanscrito che si trovano nelle pubblicazioni sullo yoga.

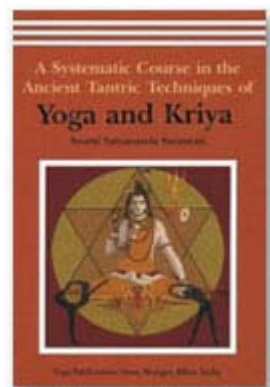
Il glossario Sanscrito, con la traduzione in inglese, rivela il significato profondo dei termini dello yoga attraverso la struttura della parola, significato, riferimenti alle scritture e la scrittura in Devanagari originale. Il testo è illustrato da una selezione di figure.

---

**Note: Pagine 222 con illustrazioni | Lingua: Inglese**

**Genere: Tutti**

### A SYSTEMATIC COURSE IN THE ANCIENT TANTRIC TECHNIQUES OF YOGA AND KRIYA



**Euro 103,30**

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

**Questo è uno dei testi più completi pubblicati sullo yoga.**

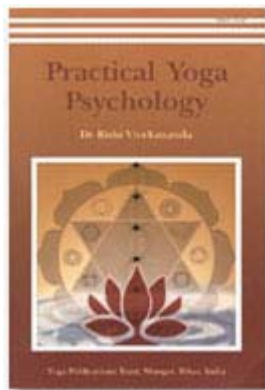
In modo sistematico e scientifico presenta un corso completo di 36 lezioni sulle pratiche integrali dello yoga trasmesse da Swami Satyananda Saraswati. Sono inoltre trattate le differenti branche dello yoga come hatha yoga, mantra yoga, karma yoga, bhakti yoga, jnana yoga e kriya yoga, spiegandone la loro applicazione.

---

**Note: Pagine 960 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese**

**Genere: Asana Pranayama**

## PRATICAL YOGA PSYCHOLOGY



**Autore: Dr. Swami Vivekananda**

Il grande mistero della vita è la comprensione della nostra personalità, come ci rapportiamo con le altre persone e con il mondo che ci circonda, e il nostro posto, se c'è, nello schema della vita.

L'altra domanda che ci poniamo è come possiamo migliorare la nostra esperienza personale e la nostra interazione con la società in modo da vivere una vita felice, armoniosa e utile. Per migliaia di anni lo yoga ha considerato queste domande e ha fornito risposte.

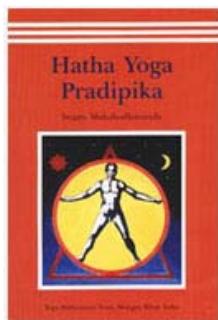
Practical Yoga Psychology cerca di integrare in modo semplice gli insegnamenti dello yoga con quelli della psicologia, psichiatria ed altre branche della scienza occidentale per darci una visione d'insieme della personalità umana, un'idea di dove stiamo andando e le linee guida per procedere nel nostro viaggio.

**Euro 16,00**

---

**Note: Pagine 307 con illustrazioni | Lingua: Inglese**  
**Genere: Asana Pranayama**

## HATHA YOGA PRADIPIKA • Light on Hatha Yoga



**Autore: Swami Muktibodhananda Saraswati**  
**Sotto la guida di: Swami Satyananda Saraswati**

Questo testo espone l'intera scienza dell'hatha yoga, non solo come un insieme di tecniche per il benessere fisico, ma anche per il risveglio dei prana, dei chakra e della kundalini shakti.

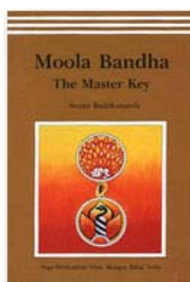
Il libro spiega chiaramente come l'hatha yoga non sia solo una pratica fisica ma un processo di trasmutazione dallo stato grossolano a quello sottile fino a quello divino.

**Euro 24,00**

---

**Note: Pagine 641 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese**  
**Genere: Asana Pranayama**

## MOOLA BANDHA • The Master Key



**Autore: Swami Buddhananda Saraswati**  
**Sotto la guida di: Swami Satyananda Saraswati**

Questo libro è dedicato a quei praticanti di yoga che sono alla ricerca della "chiave" per aprire la porta alla kundalini.

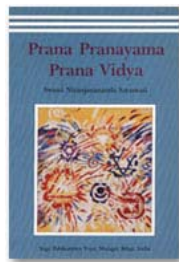
In questo testo viene spiegato come praticare la tecnica di Moola Bandha e quali benefici dà a livello fisico, spirituale e mentale.

**Euro 12,00**

---

**Note: Pagine 132 con illustrazioni | Lingua: Inglese**  
**Genere: Asana Pranayama**

## PRANA PRANAYAMA PRANA VIDYA



**Autore: Swami Niranjanananda Saraswati**

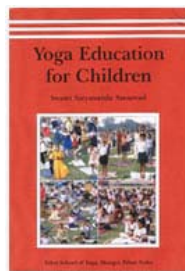
Attraverso le tecniche di pranayama e prana vidya la forza vitale presente nella mente e nel corpo può essere attivata, regolata e accresciuta. Questo libro presenta una sequenza sistematica delle pratiche di pranayama includendo istruzioni e illustrazioni dettagliate.

---

**Note: Pagine 422 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese  
Genere: Asana Pranayama**

**Euro 17,00**

## YOGA EDUCATION FOR CHILDREN



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

**"Un manuale per insegnare yoga ai bambini"**

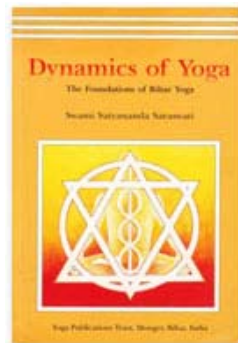
Questo libro sullo yoga è stato scritto pensando ai bambini. Il testo spiega quali pratiche yoga hanno beneficio sui bambini di tutte le età, come integrare lo yoga in classe e come aiutare a superare alcuni problemi dell'infanzia. Inoltre sono descritte le tecniche yogiche e le attività per i bambini come le asana, i pranayama, i giochi con lo yoga, il rilassamento, la meditazione e i racconti.

---

**Note: Pagine 302 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese  
Genere: Asana Pranayama**

**Euro 17,00**

## DYNAMICS OF YOGA



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Dynamics of Yoga delinea i concetti e le pratiche di Yoga originali che costituiscono il fondamento del Bihar Yoga o Satyananda Yoga.

Ideale come introduzione al Bihar Yoga, questi primi insegnamenti di Swami Satyananda Saraswati hanno lo scopo di dare al lettore una profonda comprensione sullo yoga e sulla sua applicazione pratica nella vita quotidiana. È messa in luce, la parte essenziale delle pratiche di yoga e meditazione, ponendo enfasi sul controllo della mente e sullo sviluppo della consapevolezza.

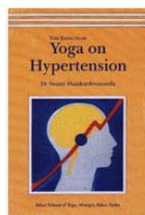
Il libro rimane un lavoro senza tempo sull'arte e sulla scienza dello Yoga visto attraverso gli occhi di un Maestro.

---

**Note: Pagine 176 | Lingua: Inglese  
Genere: Asana Pranayama**

**Euro 12,00**

## THE EFFECTS OF YOGA ON HYPERTENSION



**Autore: Dr. Swami Shankardevananda Saraswati**

Il libro, diviso in tre sezioni, descrive le cause, le cure e le pratiche per l'ipertensione.

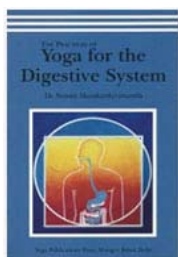
Il testo, scritto da un medico, spiega con chiarezza il metodo yogico per ridurre la pressione del sangue e portarla ai livelli normali.

---

**Note: Pagine 218 con illustrazioni | Lingua: Inglese  
Genere: Yoga e Salute**

**Euro 14,00**

## THE PRACTICES OF YOGA FOR DIGESTIVE SYSTEM



• Euro 14,00

**Autore: Dr. Swami Shankardevananda Saraswati**

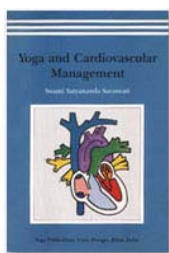
Il libro è stato scritto da un medico qualificato sotto la guida di Swami Satyananda Saraswati.

Il testo tratta del sistema digestivo da un punto di vista scientifico, ayurvedico e yogico, spiegando le pratiche per trattare i disturbi di questo apparato.

---

**Note: Pagine 281 con illustrazioni | Lingua: Inglese**  
**Genere: Yoga e Salute**

## YOGA AND CARDIOVASCULAR MANAGEMENT



• Euro 13,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

**Coautore: Dr. Swami Karmananda Saraswati**

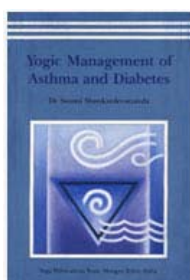
Un libro che tratta i disturbi cardiovascolari da un punto di vista scientifico e yogico.

Il testo è stato compilato da Swami Satyananda Saraswati e da un medico australiano dopo un dibattito tenutosi a Parigi fra medici, fisici ed insegnanti di yoga.

---

**Note: Pagine 135 | Lingua: Inglese**  
**Genere: Yoga e Salute**

## YOGIC MANAGEMENT OF ASTHMA AND DIABETES



• Euro 14,00

**Autore: Dr. Swami Shankardevananda Saraswati**

In questo libro un medico australiano, sotto la guida di Swami Satyananda, spiega due comuni disturbi e come possono essere trattati efficacemente attraverso le pratiche di yoga.

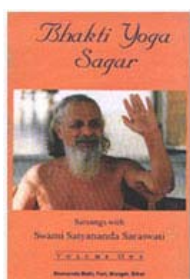
Nella prima parte tratta l'asma e usa la sua conoscenza professionale per alleviare questo disturbo attraverso trattamenti medici, yogici e con l'alimentazione.

La seconda parte parla del diabete, dando le necessarie istruzioni per le pratiche yogiche e per l'alimentazione.

---

**Note: Pagine 302 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese**  
**Genere: Yoga e Salute**

## BHAKTI YOGA SAGAR • Volume I



• Euro 15,50

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

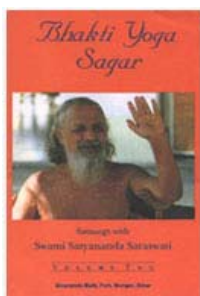
Una raccolta di Satsang tenuti da Swami Satyananda Saraswati nel Novembre del 1994.

Il libro è dedicato a tutti i discepoli, devoti e ricercatori spirituali che potranno trarre ispirazione dalle sue parole di saggezza che offrono una profonda visione del cammino spirituale per tutta l'umanità.

---

**Note: Pagine 432 con foto a colori | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

#### BHAKTI YOGA SAGAR • Volume II



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Questo volume contiene la seconda parte dei Satsang tenuti da Swami Satyananda nel Novembre del 1994.

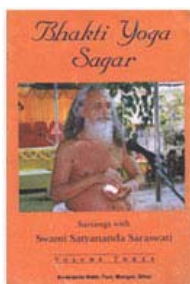
Attraverso le sue parole il tesoro di sette decenni di esperienza spirituale è stato trasmesso nella forma di un flusso di compassione verso i partecipanti provenienti da tutto il mondo.

---

**Note: Pagine 464 con foto a colori | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

• Euro 15,50

#### BHAKTI YOGA SAGAR • Volume III



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Nel 1995, sotto gli auspici di Swami Satyananda Saraswati, si è svolta la Sat Chandi Maha Yajna, cerimonia tantrica del fuoco che invoca la benedizione della Creatrice Cosmica.

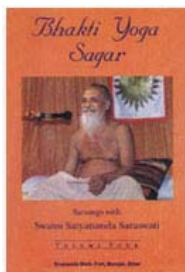
In questo volume vengono spiegati nei dettagli, attraverso i discorsi di Swami Satyananda, la storia, gli stadi e lo scopo del rituale. La Yajna rappresenta un passo nella vita di un individuo per comprendere o comunicare con gli aspetti superiori della natura.

---

**Note: Pagine 231 con foto a colori | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

• Euro 11,00

#### BHAKTI YOGA SAGAR • Volume IV



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

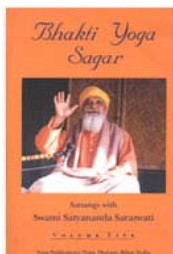
Il volume n. 4 è la raccolta dei satsang tenuti da Swami Satyananda Saraswati al Sri Dashnam Paramahansa Alakh Bara, Rikhia, India, durante il Ram Naam Aradhana, dal 26 Novembre al 24 Dicembre 1996.

---

**Note: Pagine 335 con foto a colori | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

• Euro 11,00

#### BHAKTI YOGA SAGAR • Volume V



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

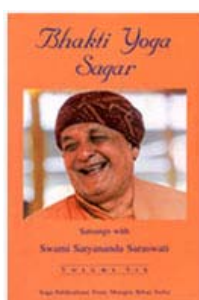
Nel volume n. 5 Swami Satyananda Saraswati, attraverso i satsang tenuti nel 1997 a Rikhia, durante la celebrazione di Sita Kalyanam, spiega con profonda saggezza come e perché la gente deve cambiare e adattarsi ai bisogni del XXI secolo.

---

**Note: Pagine 222 con foto a colori | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

• Euro 11,00

## BHAKTI YOGA SAGAR • Volume VI



• Euro 11,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Questo volume è la raccolta dei satsang tenuti da Swami Satyananda Saraswati durante la celebrazione di Sita Kalyanam a Rikhia, in India, dal 1998 al 2000.

Sri Swamiji si rivolge ai partecipanti indicando le pratiche efficaci per le necessità spirituali e sociali di oggi.

L'amore e il rispetto di Paramahansaji per la Madre Divina e tutti i suoi figli è evidente.

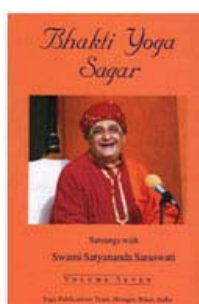
Il suo aiuto pratico a tutti coloro che necessitano di una guida spirituale e in particolare per coloro che desiderano dedicare la propria vita a Dio arricchisce e sostiene il ricercatore sincero.

---

**Note: Pagine 157 con foto a colori | Lingua: Inglese**

**Genere: Vita Spirituale**

## BHAKTI YOGA SAGAR • Volume VII



• Euro 11,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Questo volume è la raccolta dei satsang tenuti da Swami Satyananda Saraswati a Rikhia, in India, durante la celebrazione di Sita Kalyanam e della Sat Chandi Yajna nel Dicembre 2001.

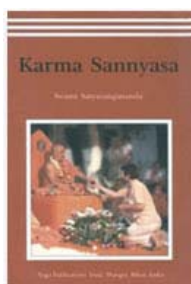
Sri Swamiji espone le necessità spirituali e sociali del XXI secolo e presenta un sentiero per la pace e per il benessere dell'umanità.

---

**Note: Pagine 197 con foto a colori | Lingua: Inglese**

**Genere: Vita Spirituale**

## KARMA SANNYASA • The Noble Path for the Householder



• Euro 14,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

**Coautore: Swami Satyasangananda Saraswati**

Il libro parla della vita familiare, delle relazioni personali, del benessere, del karma, dello stile di vita, descrivendo il processo per realizzare la propria spiritualità attraverso le esperienze della vita quotidiana.

---

**Note: Pagine 299 | Lingua: Inglese**

**Genere: Vita Spirituale**

## SANNYASA DARSHAN



• Euro 17,00

**Autore: Swami Niranjanananda Saraswati**

Il libro tratta esaurientemente dell'antica e moderna tradizione di Sannyasa, della rinuncia e della dedizione alla vita spirituale.

Sannyasa Darshana descrive le biografie dei 4 maggiori ricercatori dell'ordine dei sannyasa: Dattatreya, Adi Shankaracharya, Swami Sivananda Saraswati e Swami Satyananda Saraswati.

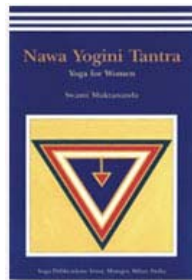
Inoltre sono comprese alcune traduzioni delle Sannyasa Upanishad.

---

**Note: Pagine 512 | Lingua: Inglese**

**Genere: Vita Spirituale**

## NAWA YOGINI TANTRA • Yoga for Woman



• Euro 17,00

**Autore: Swami Muktananda Saraswati**  
**Sotto la guida di: Swami Satyananda Saraswati**

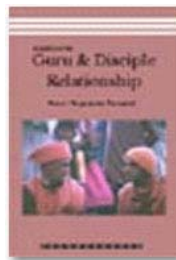
Il libro offre un'ampia visione delle problematiche che riguardano le donne di tutte le età, dall'adole-scienza alla maturità, indicando le pratiche yogiche per alleviare i disturbi correlati.

Tra gli argomenti trattati il periodo mestruale, la gravidanza, la menopausa, la depressione.

---

**Note: Pagine 232 con illustrazioni | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

## LIGHT ON THE GURU AND DISCIPLE RELATIONSHIP



• Euro 14,00

**Autore: Swami Satyasangananda Saraswati**  
**Sotto la guida di: Swami Satyananda Saraswati**

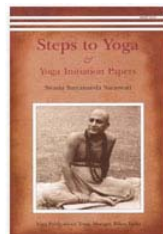
Come riconoscere il proprio guru, i differenti tipi di guru e di discepoli, l'unione con lo spirito del guru e il segreto della trasmissione.

Questi ed altri argomenti sono trattati in questo testo per "illuminare" la relazione fra guru e discepolo.

---

**Note: Pagine 308 | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

## STEPS TO YOGA



• Euro 12,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

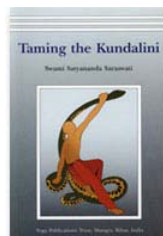
Steps to Yoga è una collezione di lettere e istruzioni da Swami Satyananda Saraswati a due devoti discepoli negli anni dal 1956 al 1960. Sebbene le informazioni e istruzioni siano individuali, al tempo stesso risuonano con la verità universale e sono applicabili a tutti gli aspiranti sul sentiero del sadhana yogico.

Questo libro offre una visione unica nella relazione tra Guru e discepolo.

---

**Note: Pagine 198 | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

## TAMING THE KUNDALINI



• Euro 12,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

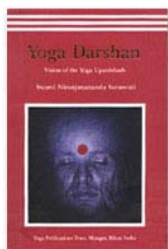
Taming the Kundalini è una collezione di lettere scritte da Swami Satyananda Saraswati ad un fedele discepolo, durante il periodo 1959-1962. Attraverso questo dettagliato e intimo insegnamento yogico e spirituale, al lettore viene data una rara traccia sullo sviluppo della relazione tra Guru e discepolo e sullo svolgimento di un sadhana progressivo, come potente strumento per il risveglio della consapevolezza.

In questo libro Swami Satyananda offre a tutti la sua guida ed il suo incoraggiamento spirituale conducendo il lettore verso una profonda comprensione della dimensione umana all'interno dell'Universo.

---

**Note: Pagine 196 | Lingua: Inglese**  
**Genere: Vita Spirituale**

## YOGA DARSHAN • Vision on Yoga Upanishads



• Euro 17,00

**Autore: Swami Niranjananada Saraswati**

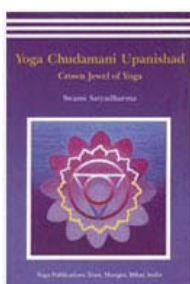
Yoga Darshan dà una visione yogica contemporanea delle Upanishad. Nella prima parte il libro introduce le varie filosofie e differenti tradizioni dello yoga attraverso una chiara esposizione dell'Hatha, Raja, Mantra, Karma, Jnana e Laya Yoga.

La seconda parte evidenzia le pratiche classiche tratte dalle Yoga Upanishad e la prospettiva yogica sulla fisiologia e sulla salute. È il testo principale nei corsi della Bihar Yoga Bharati (Università dello Yoga), Munger, India.

---

**Note: Pagine 501 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese  
Genere: Filosofia**

## YOGA CHUDAMANI UPANISHAD • Crown Jewel of Yoga



• Euro 14,00

**Autore: Swami Satyadharma Saraswati**

**Sotto la guida di: Swami Niranjanananda Saraswati**

Yoga Chudamani Upanishad è un libro contenente il sadhana più elevato per aspiranti e ricercatori spirituali.

È un testo che tratta l'antica via del risveglio della kundalini nella sua forma originale e pura, prima della proliferazione della moderna letteratura yogica. Il testo spiega la combinazione del kundalini yoga e dell' upasana vedica. Tratta inoltre delle nadi, dei prana vayu, dei chakra e della kundalini shakti, e descrive dettagliatamente le tecniche di ajapa gayatri e pranava che sono le più antiche discipline vediche meditative delle upanishad.

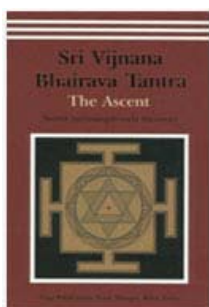
Il testo include i versi originali in sanscrito con la traslitterazione, la traduzione ed il commento di Swami Satyadharma Saraswati.

Per chi studia la filosofia indiana, questo testo fornisce uno studio di grande valore sulla compatibilità dello Yoga e del Vedanta, i sistemi di pratica e filosofia tantrici e vedici.

---

**Note: Pagine 315 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese  
Genere: Filosofia**

## VIJNANA BHAIRAVA TANTRA • The Ascent



• Euro 17,00

**Autore: Swami Satyasangananda Saraswati**

**Sotto la guida di: Swami Niranjanananda Saraswati**

Il tema di Vijnana Bhairava Tantra è dharana, la concentrazione.

Questa nuova traduzione e il commento di questo testo classico tantrico fanno luce sulla pratica di dharana.

Il testo comprende 112 differenti dharana, o tecniche di concentrazione, che possono essere facilmente incorporate nella vita quotidiana.

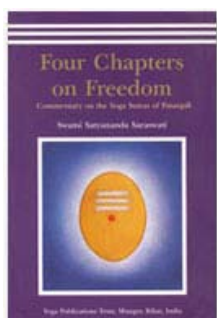
Sebbene dharana sia una pratica indicata ad adepti che hanno la mente stabile e controllata, le tecniche contenute in questo libro forniscono una via per sviluppare gradualmente la concentrazione e la meditazione anche per quegli aspiranti che hanno una mente distratta.

È inclusa una dettagliata introduzione, seguita dagli "sloka" originali in sanscrito, con la traslitterazione, la traduzione e un ampio commento.

---

**Note: Pagine 499 con illustrazioni | Lingua: Inglese  
Genere: Filosofia**

#### **FOUR CHAPTERS ON FREEDOM • Commentary on Yoga Sutra of Patanjali**



• **Euro 17,00**

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Il libro contiene il testo completo in sanscrito degli Yoga Sutra di Patanjali, con traslitterazione, traduzione e commenti di Swami Satyananda Saraswati.

Gli Yoga Sutra, che comprendono 196 aforismi sullo yoga, sono il più rispettabile trattato di yoga.

L'esteso commento su ogni sutra spiega esaurientemente il testo ed il sentiero del Raja Yoga.

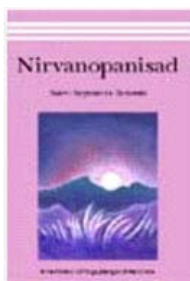
Chiunque è seriamente interessato allo yoga o alla ricerca spirituale troverà in queste pagine una guida di valore inestimabile.

---

**Note: Pagine 400 | Lingua: Inglese**

**Genere: Filosofia**

#### **NIRVANOPANISHAD**



• **Euro 8,00**

**Autore: Swami Niranjananda Saraswati**

Il libro contiene il commento di Swami Niranjan della Nirvana Upanishad.

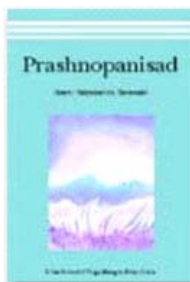
Lo scopo è di chiarire la figura del paramahansa sannyasa, colui che ha realizzato la capacità di distinguere la differenza tra reale e irreale ed è libero dal condizionamento proveniente dal mondo degli oggetti e dei sensi.

---

**Note: Pagine 84 | Lingua: Inglese**

**Genere: Filosofia**

#### **PRASHNOPANISHAD**



• **Euro 12,00**

**Autore: Swami Niranjananda Saraswati**

Il libro contiene il testo sanscrito completo delle Prashnopanishad, le "Upanishad delle Domande", con il commento da parte di un maestro moderno.

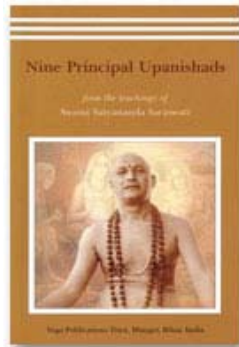
Gli argomenti trattati riguardano le origini degli esseri viventi, la natura e l'origine del prana trascendentale, il sonno e i sogni, il mantra Om e il concetto di Purusha.

---

**Note: Pagine 274 | Lingua: Inglese**

**Genere: Filosofia**

## NINE PRINCIPAL UPANISHADS



• Euro 14,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Nine Principal Upanishads sono il culmine del pensiero vedico e contengono l'essenza degli originali insegnamenti vedici.

Esse impartiscono verità sublimi sulla natura e sul destino dell'umanità rivelate da grandi Saggi e ricercatori durante discussioni informali con discepoli e ricercatori spirituali.

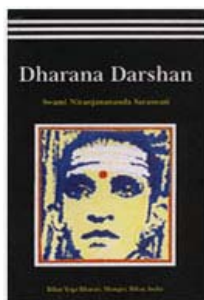
Queste Upanishads descrivono l'esperienza diretta della trascendenza che risulta nell'unità dell'individuo con la coscienza superiore. Esse provvedono anche metodi di meditazione per realizzare la natura dell'Atman, l'Anima Suprema, e per ottenere l'Immortale Brahman.

Il testo include i versi originali in Sanscrito, la translitterazione e la traduzione delle seguenti maggiori Upanishads: Prashnopanishad, Kenopanishad, Mandukyopanishad, Mundakopanishad, Ishavasya Upanishad, Kathopanishad, Aitareya Upanishad, Shvetashvataropanishad e Taittiriya Upanishad.

---

**Note: Pagine 501 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese  
Genere: Filosofia**

## DHARANA DARSHAN



• Euro 17,00

**Autore: Swami Niranjananda Saraswati**

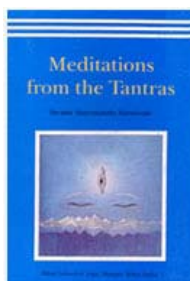
Un Un testo esclusivo dove sono presentate tecniche di meditazione, mai pubblicate fino ad ora, derivate dalle Upanishad, dai Tantra e da altri testi tradizionali di yoga.

Sono inoltre trattati i seguenti argomenti: la concentrazione, il simbolo psichico, la visualizzazione, le tecniche di ajapa dharana, ecc.

---

**Note: Pagine 439 con illustrazioni | Lingua: Inglese  
Genere: Meditazione**

## MEDITATIONS FROM THE TANTRAS



• Euro 17,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

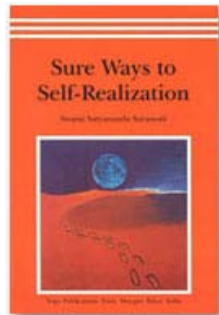
Lo scopo principale di questo libro è indicare al praticante la preparazione necessaria e i metodi pratici della meditazione.

Il testo contiene le più importanti meditazioni, i kriya e le pratiche con i mantra.

---

**Note: Pagine 367 con illustrazioni | Lingua: Inglese  
Genere: Meditazione**

## SURE WAYS TO SELF REALIZATION



• Euro 17,00

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Swami Satyananda Saraswati delinea il sentiero della meditazione, gli ostacoli che può incontrare il praticante e come superarli.

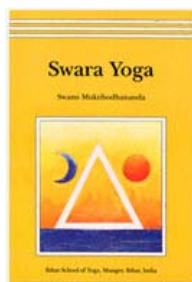
Il libro offre le istruzioni teoriche e pratiche sulle varie meditazioni non solo appartenenti allo yoga, ma include anche quelle degli antichi Egizi e dei Greci, della tradizione Celtica, Taoista, Tibetana, Zen e Sufi.

---

**Note: Pagine 455 | Lingua: Inglese**

**Genere: Meditazione**

## SWARA YOGA • The Tantric Science of Brain Breathing



• Euro 14,00

**Autore: Swami Muktibodhananda Saraswati**

**Sotto la guida di: Swami Satyananda Saraswati**

Il libro contiene il testo originale sanscrito dello Shiva Swarodaya con la traslitterazione in inglese.

La parte teorica include le ricerche scientifiche sull'influenza del respiro sugli emisferi del cervello.

La sezione pratica espone le tecniche di questa antica branca dello yoga.

---

**Note: Pagine 207 con illustrazioni e diagrammi | Lingua: Inglese**

**Genere: Meditazione**

## EARLY TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA



• Euro 15,50

**Autore: Swami Muktibodhananda Saraswati**

**Sotto la guida di: Swami Satyananda Saraswati**

Questo libro contiene i satsang (discorsi) sulle pratiche meditative insegnate da Swami Satyananda Saraswati alla Bihar School of Yoga: teoria e pratica di trataka, ajapa japa, prana vidya e dharana.

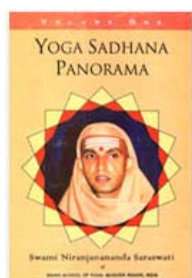
Vengono trattati altri argomenti come l'aura, l'astrologia, la morte, l'educazione, la kundalini e l'inconscio, la vita di Cristo in India, il samadhi, il karma e il destino, ecc.

---

**Note: Pagine 503 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

## YOGA SADHANA PANORAMA • Volume 1



• Euro 13,50

**Autore: Swami Niranjanananda Saraswati**

Nel 1994 Swami Niranjanananda Saraswati ha tenuto un convegno sullo Yoga in Australia. In questo libro sono riportati i satsang tenuti in quell'occasione.

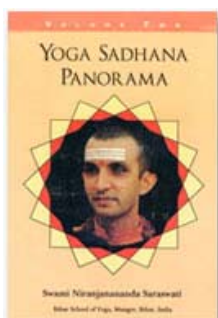
I temi principali trattati riguardano la relazione del Samkhya, del Tantra e del Vedanta con lo Yoga e altri argomenti come prana, mente, stile di vita di sannyasa, ecc.

---

**Note: Pagine 275 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

## YOGA SADHANA PANORAMA • Volume 2



**Autore: Swami Niranjanananda Saraswati**

Il secondo volume di questa serie contiene la spiegazione della pratica di Laya Yoga e i satsang tenuti da Swami Niranjanananda Saraswati durante il suo tour in Europa nel 1994.

I principali argomenti sono: Laya yoga, meditazione, gli aspetti della mente, l'evoluzione del Sé, spiritualità nella vita quotidiana e come applicare lo yoga nella società.

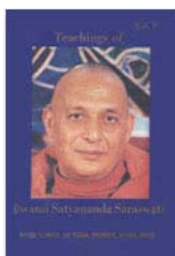
---

**Note: Pagine 488 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

• **Euro 13,50**

## TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA • Volume I



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Ogni volume di questa collana contiene gli insegnamenti e i discorsi di un grande maestro e autorità nel campo dello yoga.

Ogni libro è un incomparabile dono di conoscenza ed ispirazione.

Contiene verità spirituali ed orientamenti pratici espressi semplicemente dal cuore.

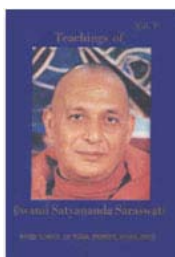
---

**Note: Pagine 400 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

• **Euro 15,50**

## TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA • Volume II



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Ogni volume di questa collana contiene gli insegnamenti e i discorsi di un grande maestro e autorità nel campo dello yoga.

Ogni libro è un incomparabile dono di conoscenza ed ispirazione.

Contiene verità spirituali ed orientamenti pratici espressi semplicemente dal cuore.

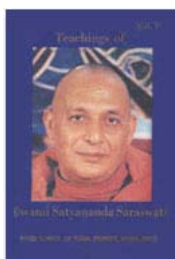
---

**Note: Pagine 338 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

• **Euro 15,50**

## TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA • Volume III



**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Ogni volume di questa collana contiene gli insegnamenti e i discorsi di un grande maestro e autorità nel campo dello yoga.

Ogni libro è un incomparabile dono di conoscenza ed ispirazione.

Contiene verità spirituali ed orientamenti pratici espressi semplicemente dal cuore.

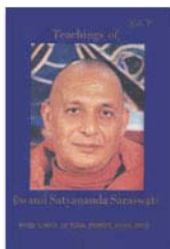
---

**Note: Pagine 286 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

• **Euro 15,50**

#### TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA • Volume IV



• Euro 15,50

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Ogni volume di questa collana contiene gli insegnamenti e i discorsi di un grande maestro e autorità nel campo dello yoga.

Ogni libro è un incomparabile dono di conoscenza ed ispirazione.

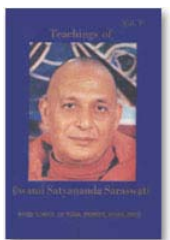
Contiene verità spirituali ed orientamenti pratici espressi semplicemente dal cuore.

---

**Note: Pagine 338 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

#### TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA • Volume V



• Euro 15,50

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Ogni volume di questa collana contiene gli insegnamenti e i discorsi di un grande maestro e autorità nel campo dello yoga.

Ogni libro è un incomparabile dono di conoscenza ed ispirazione.

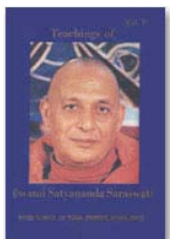
Contiene verità spirituali ed orientamenti pratici espressi semplicemente dal cuore.

---

**Note: Pagine 523 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

#### TEACHINGS OF SWAMI SATYANANDA • Volume VI



• Euro 15,50

**Autore: Swami Satyananda Saraswati**

Ogni volume di questa collana contiene gli insegnamenti e i discorsi di un grande maestro e autorità nel campo dello yoga.

Ogni libro è un incomparabile dono di conoscenza ed ispirazione.

Contiene verità spirituali ed orientamenti pratici espressi semplicemente dal cuore.

---

**Note: Pagine 515 | Lingua: Inglese**

**Genere: Discorsi (Satsang)**

---