



YOGA LA REGOLA DEL GIOCO

ISBN: 88-95120-41-6

2016 - cm. 12x19 - pp. 90+XII - € 13

GÉRARD BLITZ

(Anversa 1912 – Parigi 1990) dopo aver fondato il Club Méditerranée, si avvicina al buddhismo zen e alla pratica dello yoga. Ordinato monaco zen da Taisen Deshimaru, divenne maestro di yoga seguendo l'insegnamento di T.K.R. Krishnamacharya. Amico di Krishnamurti e di T.K.W. Desikachar, ha trasmesso in Occidente uno yoga che ha il suo fondamento negli yoga sutra di Patanjali, elaborando una pedagogia basata su principi chiari e semplici, adatta a ogni individuo. Fu fondatore e presidente dell'Unione Europea delle Federazioni di Yoga.

PRESENTAZIONE

Lo scritto contenuto nelle pagine di questo libro fu realizzato da Gérard Blitz nel 1986 come introduzione alla lettura de “Il filo dello yoga”, testo che tratteggia in modo più ampio l’insegnamento di G. Blitz e che è attualmente disponibile nelle librerie. L’autore e i curatori de “Il filo dello yoga” scelsero allora di scorporare queste pagine, troppe per un’introduzione, che divennero quindi un documento a sé. Conciso e di scorrevole lettura può quasi essere un manuale per coloro che si interessano alla pratica dello yoga.

È così che nacque il libro-documento “Yoga. La regola del gioco”, testo prezioso, rimasto negli anni custodito presso la scuola di Gérard Blitz e sconosciuto al grande pubblico.