

Categoria: Il corpo – Hatha Yoga in ascolto | Titolo - Tṛṣṇā nel corpo: domande sulla spinta a muoversi

---

Nel corpo, Tṛṣṇā è la spinta ad avvicinarsi o ad allontanarsi da ciò che si sente. Queste domande aiutano a riconoscere il movimento che nasce prima dell'azione.

