

<<靜心，讓我與覺知相遇>>

图书基本信息

书名：<<靜心，讓我與覺知相遇>>

13位ISBN编号：9789867913203

10位ISBN编号：9867913205

出版时间：2004年

出版时间：自然風出版社

作者：史蒂芬妮．克里曼,Clement, Stephanie

译者：張振林

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<靜心，讓我與覺知相遇>>

內容概要

本書所討論的靜坐過程是關於專注你的心念，而不是思考。

在某些體系中，靜坐甚至跟專注心念毫無關係，而只是放鬆心念以及身體。

由於有各式各樣靜坐冥想的方式，以及各種從事靜坐所可以達致的目標，所以並沒有一個單一的定義可以切合所有的可能性。

<<靜心，讓我與覺知相遇>>

作者簡介

全面介紹專頁：

http://www.bonmag.com.tw/IFM/product/product_show_detail.php?customerId=18&pid=555&UID=U20040902090724ZUSuHFLq

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>