第一图书网, tushu007.com

<<去印度的幸福日記>>

图书基本信息

书名：<<去印度的幸福日記>>

13位ISBN编号：9789868651036

10位ISBN编号：9868651034

出版时间：1921

出版时间：台趁髅幕

作者：石宏

页数：266

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

第一图书网, tushu007.com

<<去印度的幸福日記>>

内容概要

瓣下一朵玫瑰的花瓣，遙遠的另一個世界就會起某種反應，更遑論殺生。

如果不能先淨化自己的情緒，在心靈修行之途上你將寸步難行。

～斯瓦米韋達
◎作者用心記錄的喜馬拉雅瑜珈學習之旅，2個星期的時間所得到殊勝的生命領悟和體驗,
◎跟隨心靈瑜珈大師的腳步,踏進了神性的殿堂,所有的感官和能量都被這古老的力量所喚醒,開了心眼使我們可以用新鮮的角度來看待自己的世界,因而不再恐懼不再逃避麻煩來到,讓人安住並觀察每一次的發生的事件,
於是生命成為”修行的最最佳道場”而生活的品?自然也就大不同於以往.
作者用一種行過千山萬里的胸襟和讀者進行一場跨界的心靈對話。

**本書源自於作者石宏為期二周的一趟印度瑜珈學習之旅，文筆細膩流暢、清新淡然，對於瑜珈中的守靜、呼吸,
咒語,修為,乃至飲食、睡眠、行走，都有大篇幅的?發和詳解,?書不是遊記不是日記,而是一?彌足...
(展开全部)
瓣下一朵玫瑰的花瓣，遙遠的另一個世界就會起某種反應，更遑論殺生。

如果不能先淨化自己的情緒，在心靈修行之途上你將寸步難行。

～斯瓦米韋達
◎作者用心記錄的喜馬拉雅瑜珈學習之旅，2個星期的時間所得到殊勝的生命領悟和體驗,
◎跟隨心靈瑜珈大師的腳步,踏進了神性的殿堂,所有的感官和能量都被這古老的力量所喚醒,開了心眼使我們可以用新鮮的角度來看待自己的世界,因而不再恐懼不再逃避麻煩來到,讓人安住並觀察每一次的發生的事件,
於是生命成為”修行的最最佳道場”而生活的品?自然也就大不同於以往.
作者用一種行過千山萬里的胸襟和讀者進行一場跨界的心靈對話。

**本書源自於作者石宏為期二周的一趟印度瑜珈學習之旅，文筆細膩流暢、清新淡然，對於瑜珈中的守靜、呼吸,
咒語,修為,乃至飲食、睡眠、行走，都有大篇幅的?發和詳解,?書不是遊記不是日記,而是一?彌足珍貴的瑜珈修行小百科入門.
值得初學者收藏的入門參考範?.
2010年初，住在香港的石宏前往享譽全球的印度聖城瑞詩凱詩，向瑜珈導師斯瓦米韋達　帕若堤學習喜馬拉雅瑜珈。
回國後，石宏把將近兩個星期的訪遊見聞和一些學習心得整理成書，與廣大讀者朋友共同分享此次印度心靈旅程中的精彩見聞，我們也可以通過這本書，一窺的印度瑜珈師的修行生活的堂奧，也在行住坐臥中體會斯瓦米韋達大師洞察人性的睿智與幽默。

<<去印度的幸福日記>>

作者简介

石宏
1954年生於臺北，臺灣大學畢業，留美碩士。
1987年移居香港，服務於國際金融行業，非專業翻譯人員，平日喜愛閱讀和瑜珈。
2007年在香港國際瑜珈會議中巧遇斯瓦米韋達大師，獲大師接引。
現以翻譯喜瑪拉雅瑜珈文獻為業餘嗜好。
譯著有
:心靈瑜珈, 拙火瑜珈 幸福瑜珈

第一图书网, tushu007.com

<<去印度的幸福日記>>

书籍目录

前 言
2月1日 找到上師是巧合?是因緣?
2月2日 修行的火侯
2月3日 打坐不要有所求
2月4日 聽斯瓦米韋達說《道德經》
2月5日 殊勝的火供法會
2月6日 出去玩一玩
2月7日 山巔水崖都可修行
2月8日 守靜之日
2月9日 恒河之濱的孔巴美拉節
2月10日 用哈達瑜珈調息身心
2月11日 梵文的大奧妙
2月12日 吉祥“希瓦”之夜
2月13日 天下無不散的席
附錄：國際喜瑪拉雅瑜珈禪修協會會徽詳解

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