

瑜伽的基础



[瑜伽的基础_下载链接1](#)

著者:[印度] 室利·阿罗频多

出版者:华东师范大学出版社

出版时间:2005-4

装帧:平装

isbn:9787561741252

本丛书系印度“三圣”之圣哲——室利·阿罗频多之一种。室利·阿罗频多系近代以来印度最著名的精神哲学家之一，其著述不仅在印度具有广泛的教化力，而且在整个西方思想界产生了深刻的影响力。徐梵澄译笔：优雅、信达、通透，为大家增添了阅读之喜悦。

瑜伽的真谛是净思。这些书不仅仅是讲述瑜伽的实践，而更多是讨论瑜伽实践带来的一些终极问题：人的净思为何？人的健康为何？人的生命为何？这是安身立命之道，或者说瑜伽乃是成就个体卑微的肉体与高贵的灵魂如何和谐之道。

这一本书，是室利·阿罗频多答弟子的书札，少分一集，专说瑜伽之修为。

作者介绍:

目录:

[瑜伽的基础_下载链接1](#)

标签

瑜伽

哲学

印度

灵修

阿罗频多

徐梵澄

宗教

瑜珈

评论

小册子，地铁里读完的。瑜伽的真谛是净思。可周围很多人却为了减肥而练瑜伽。。。

好吧。。坚持了3个星期，终于决定不勉强自己看了。语言太晦涩，实在咽不下去。。
。（不就是废柴凡夫俗子一个）

该书大好 而且只要十块钱！！！！！！！！

崔晓姗于2010年5月21日捐赠

极出世者活不久，极入世者为猪狗。所求者，只精进勇猛心而已。那语言翻得离白话和文言都远。

没有瑜伽经好看，深刻的道理也可以通过平实的语言来讲述。没必要搞的那么绕。不知是否翻译问题。

没看懂 当年瑜伽老师给的 应该让她签个名留念就好了

读不下去。。。。

大家，但译的很奇怪，不文不白。专有名字又过于生涩。太思辨了。看得头昏~

六年前买的书，直到今天才看完。徐梵澄的翻译是有点。。。对于习惯现代文法的我而言，多少还是有些生疏的。不难理解为何这本一百页不到的书，我会闲置了六年。六年

前看不懂，然后几年之后，终于可以明白了。阿罗频多的语言也是极具魅力的，不过对于消灭这一词，看惯了佛教语言的我终究还是不太适应了。

看不懂的在多数，但也有帮助。

这书买了有十年了吧。翻译不是常规语言，比较拗口，总读不下去。隔了这么多年，最近又拿来读，发现前半部分很容易理解了。后半部分有的读着还是困难，境界不够。适合偶尔拿出来品一品的书

第二次讀，瑜伽也有對“母親”的企慕

多半是看不懂，多半算是拿来收藏。貌似送给老师了我。。。我是有多懂事呢。。。

没读完...

读懂20%吧，翻译也是一个问题，说是精神层面的心灵鸡汤又有点不严谨。但我相信我
现在读来的感悟和十年之后再来看会大有变化。坚持瑜伽吧。2019-1-24

身体对抗的力量，以及如何形成坚实的平定底心思，瑜伽更多的是让人内观，遵循呼吸的节奏

净思。自在而自觉。

我们对灵魂的守望不是对理性的诉求而是对欲望的洗礼。为了肉体的健康而修持瑜伽是自在的活着，为了灵魂的净化尔修持瑜伽是自觉的活着。

静定底心思

[瑜伽的基础_下载链接1](#)

书评

瑜伽，相应、契合至真之道的意思，是一种精神实践之学。瑜伽的目标是转化生命与存在，或说内在的转化。

本书晦涩难懂，一是白话文写成，二是境界未到，没有那个体验。

书名瑜伽的基础，实则瑜伽修行中不同阶段各种状况的应对。

1、静定的心，启动真知觉性，或曰力量、通灵、天...

徐梵澄先贤译的阿罗频多著作集中有一薄册《瑜伽的基础》参考徐先贤《陆王学述》似可理解徐先生津津乐道的“存天理，去人欲”这种传统内圣功夫与印度哲学的沟通处，如下心知体、生理知觉性、低等情命运动等，读徐先贤译著及其著述似也可沟通儒门五行内圣功夫的样子（子思子所...

梵澄是当之无愧的大家。

问题是，我一看到书里“神圣母亲”的称谓及其所指的概念就很反感。：P

在旅行中看的这本书，还去作者的故居、修道场看了看

这本书靠近思辩，是讲给思虑多的人如何上路的，真正有心练瑜伽的似乎可以不看，可以看更实际点的训练书。作为理论书，也稍微有一点绕，这也是印度人的一个特点，在几个关节转来转去。

[瑜伽的基础_下载链接1](#)