

# 不可思义的瑜伽旅行



[不可思义的瑜伽旅行\\_下载链接1](#)

著者:阮淑英

出版者:联经出版社

出版时间:

装帧:

isbn:9789867322609

一本記述瑜伽的學習過程，以及對印度文化的深度觀察去印度學正宗的瑜伽需要勇氣！

阮淑英辭去了人人稱羨的空服員工作，收起所有的高跟鞋與化妝品，只帶著一個登山背包容量的行李來到印度，並開始了可能長達一年的旅行。所有的旅行經驗都是一種學習與吸收！

生活在印度，就像是處在一個不用抽大麻、吃蘑菇就可以擁有的異想世界，眼前不斷流瀉的精采畫面都是真人用生命刻劃出來的，人家說身在紐約級的大都市因為沒人在乎可以隨興做自己，但身在印度，那特有的魔力將還原最原始的你。親身經歷比知識更重要！

歷經了嚴格教師的指導，以及身邊來來去去、同樣為了修習瑜伽的各國旅人朋友們的親密互動，還有和流亡印度的西藏朋友語言交換…不同的事件與人，不僅豐富了淑英的旅程，我們也跟著她走了一段精彩的瑜伽修練。不可思議的旅行！

在印度的簡單生活所帶來的單純快樂與滿足，是當初萬萬想不到的，而對瑜伽的體驗，也因為點滴接收了瑜伽古老哲學的訊息傳達，從健康為出發點開始，漸漸滲透了皮肉筋骨，往最深處的靈魂方向走去！作者簡介阮淑英

畢業於世新大學廣電系廣播組。經歷：

主持廣播節目、兒童美語老師、中華航空國際線空服員，去過的國家：

旅行過匈牙利、英國、德國、義大利、澳洲、日本、韓國、美國、加拿大、泰國、印尼、新加坡、馬來西亞、韓國、越南等國。  
2005年5月離開了飛行的工作後，便開始了一年的心靈旅程，在印度經過了4位資深Iyengar瑜伽老師的指導，2006年5月在世界瑜伽首都之稱的Rishikesh Pamarth Niketan Ashrum完成Iyengar體系瑜伽師資訓練。

作者介绍:

阮淑英

畢業於世新大學廣電系廣播組。主持過廣播節目、當過兒童美語老師、中華航空國際線空服員，旅行過匈牙利、英國、德國、義大利、澳洲、日本、韓國、美國、加拿大、泰國、印尼、新加坡、馬來西亞、韓國、越南等國。

2005年5月離開了飛行的工作後，便開始了一年的心靈旅程，在印度經過了4位資深Iyengar瑜伽老師的指導，2006年5月在世界瑜伽首都之稱的Rishikesh Pamarth Niketan Ashrum完成Iyengar體系瑜伽師資訓練。

目录:

[不可思义的瑜伽旅行\\_下载链接1](#)

标签

瑜伽

评论

很用心的修行者。很独特的体验。让我也想要去印度瑜伽修行。

-----

[不可思义的瑜伽旅行\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[不可思义的瑜伽旅行\\_下载链接1](#)