

喜乐瑜伽



喜乐瑜伽 灵悟后的身心大智慧



张德芬《遇见未知的自己》作者

阿勋《开启的供养》作者

恭禧推荐！

薛森传授
王曼吉主编、示范

买书赠赠品瑜伽垫或瑜伽枕一盒

 华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING GROUP

一种最简单有效的瑜伽
首次将多年修习传承的真乐瑜伽智慧
每个练习过的人都能体验
这是最简单学会的最轻松的瑜伽
它让你的生命得到转化与提升
接受真乐的宇宙才能深显
秉承新生和喜悦！

[喜乐瑜伽_下载链接1](#)

著者:王志成

出版者:四川人民出版社

出版时间:

装帧:平装

isbn:9787220093562

本书整理自作者在“瑜伽经典学习微信群”的演讲内容。内容涉及瑜伽的各种喜乐含义，瑜伽喜乐的实践；涉及瑜伽冥想的原理，OM冥想，SOHAM冥想等多种冥想方式和实践指导；涉及全球化时代瑜伽的新景象，瑜伽和体育、哲学、宗教之间关系，瑜伽和儒道关系等。书中漫画则把书中的哲学思想用简单的艺术形式表现出来。

作者介绍：

王志成：浙江大学教授，博士生导师，宗教学研究所所长。研究领域：第二轴心时代文明、佛教-基督教对话、瑜伽-吠檀多灵性哲学。主编“第二轴心时代文从”和“瑜伽文库”。最近出版的作品有：《哈达瑜伽之光》《智慧瑜伽》《虔信瑜伽》《瑜伽的力量》。

目录：

[喜乐瑜伽_下载链接1](#)

标签

瑜伽

演讲

大众读物

评论

入门普及书，对各种瑜伽、冥想的方式做了介绍

通俗读物，适合对瑜伽一知半解的人，扩展对瑜伽的认识，和接触瑜伽身心灵，体位呼吸冥想的概念。了解瑜伽的哲学著作，便于深入学习。

精妙啊

入门读物

記錄一下：2018年第三本書。

如果說經典是「心法」，那麼體式就是「功法」，瑜伽的練習，一定是「心法」與「功法」並行。一定要去深入了解何謂瑜伽的根本內涵，並且去親證這個內涵，在生活中親證，在人際中親證，在老師的教誨中實證，在自己日復一日的練習中實證……如此，才能「一以貫之」。Namaste

[喜乐瑜伽 下载链接1](#)

书评

[喜乐瑜伽 下载链接1](#)