

《帕坦伽利瑜伽经之光》

图书基本信息

书名：《帕坦伽利瑜伽经之光》

13位ISBN编号：978754436769X

出版时间：2016-10

作者：[印]艾扬格

页数：476

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《帕坦伽利瑜伽经之光》

内容概要

本书是艾扬格大师继《瑜伽之光》《调息之光》之后又一部经典之作，不仅深入解说了帕坦伽利《瑜伽经》中的灵性智慧，而且全面介绍了瑜伽哲理和修行方法，帮助现代读者透彻地理解瑜伽哲学与艺术，体会自由与解脱。

全书共分四篇，涵盖艺术、科学和生活哲学等方面内容。三摩地篇定义了瑜伽和意识活动，修习篇介绍了瑜伽修习要经历的阶段和修习方法，力量篇探讨瑜伽修习的非凡效果，解脱篇则从宇宙的哲学观点出发，对解脱和三摩地的不同之处进行了详细说明。读者不仅可以在日常瑜伽习练中调理身体，享受健康，而且可以在纷繁忙碌的现实中体验身体与心灵的奥秘，收获自身真实本质的圆满。

《帕坦伽利瑜伽经之光》

作者简介

艾扬格（B.K.S.Iyengar），现代瑜伽创始人，瑜伽界的米开朗琪罗，世界上最伟大的瑜伽导师之一，2004年被美国《时代周刊》评为“全球最有影响力的100人”之一。

他的一生为现代瑜伽的推广做出了巨大贡献，正是在他不遗余力地推广之下，瑜伽成为风靡全球的健身运动。他所创立的艾扬格瑜伽也成为世界上最为广泛练习的一种瑜伽。所著《瑜伽之光》是瑜伽史上的经典名著，另著《调息之光》等。

《帕坦伽利瑜伽经之光》

书籍目录

推荐序一 为您开启福利之门	007
推荐序二 艾扬格对瑜伽的贡献属于每一个人	010
推荐序三 没有人可以绕开的经典之作	011
推荐序四 瑜伽，唤醒生命内在沉睡的能量	013
作者自序 在修习中品尝不朽之甘露	017
致谢	021
音译和发音注意事项	023
重要词汇表	025
前言	003
概述《瑜伽经》概述	008
导读《瑜伽经》所探讨的主要论题	015
第一章 三摩地篇	049
第二章 修习篇	133
第三章 力量篇	223
第四章 解脱篇	321
后记	391
附录 1：《瑜伽经》论题线索	395
附录 2：经文关系表	401
附录 3：经文按字母排序	405
附录 4：瑜伽概要	410
词汇表	414
索引	442

《帕坦伽利瑜伽经之光》

精彩短评

- 1、艾扬格大师的经典书
- 2、虽然是古籍，但是翻译的很好读。
- 3、经典书
- 4、经典古籍中国首发，非常喜欢。
- 5、很厚重的读本，冬天猫在被窝里看书真是陶冶身心。
- 6、虽然是翻译过来的，但依旧很流畅。
- 7、国内终于出了
- 8、修身养性
- 9、封面很喜欢，优雅的紫色。
- 10、修养上的提升

《帕坦伽利瑜伽经之光》

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：www.tushu000.com