

《喜乐瑜伽》

图书基本信息

书名：《喜乐瑜伽》

13位ISBN编号：9787508072618

出版时间：2014-3-1

作者：源森 传授 王晏霏 汇编、示范

页数：194

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

《喜乐瑜伽》

内容概要

喜乐瑜伽是一套适合很多人练习的瑜伽，它有“有相”和“无相”之说，有相的部分就是九部功法，无相的部分是九部功法之外的参悟和认知。九部功法通过对地火水风的调理，改变人体“风水”，使粗糙转变精细，从而达到强身健体、防病抗病的效果。参悟和认知则使人心量扩大、释放提升内在的无限潜能，从而获得战胜烦恼的能力。实际上，读这本书就是经验“无相”瑜伽的过程。有相和无相缺一不可，两者相应才是喜乐瑜伽。

《喜乐瑜伽》

作者简介

源森

生于北京，从小被藏族空行母姥姥益西措姆养育，曾经是中央电视台国际部导演，名利双收、生活优渥。然而，因独生女患血癌离世，痛不欲生。几次寻死未成，终于将痛苦和绝望转化为求道、修道的动力。彻底了悟生死实相之后，得喜马拉雅山无上密瑜伽空行传承，并在宇宙大能的点化下，整理出简单实用、超越宗教的喜乐瑜伽九部功法。

喜乐瑜伽的能量纯净光明，犹如浴火凤凰般，帮助无数人从生活种种的“灰烬”状态中解脱出来，让心长出翅膀，能飞能舞。

1999年，源森放下种种世间因缘，前往美国，创立“新世纪基金会”。致力于传播喜乐智慧，与众人分享健康和喜乐的生活。

著有《姥姥的灵悟天书》《人间生死和喜乐瑜伽》《轮回转世之约》《源森超意识音画》《时时可死，步步为生》以及CD《喜乐吟唱》等。

王晏霏（呆呆）

出生于台湾，先定居美国，自小随父母修习佛道。后追随西藏空行法脉传承人源森老师，得喜乐瑜伽真传。十多年来，担任喜乐瑜伽总教练，在西方和东方许多国家、地区以巧善之心，孜孜不倦地传授喜乐智慧理念，积累的丰富的教学经验。

《喜乐瑜伽》

书籍目录

《喜乐瑜伽》

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