

# 《瑜伽哲学十四讲》

## 图书基本信息

书名：《瑜伽哲学十四讲》

13位ISBN编号：9787800806353

10位ISBN编号：7800806359

出版时间：2006-12

出版社：群言出版社

作者：美国瑜伽协会 编

页数：217

译者：邱宏

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《瑜伽哲学十四讲》

## 内容概要

《瑜伽哲学十四讲:身心和谐之道》(第30版)瑜伽不是宗教,它是任何人都可以使用的方法,一种在这个绝对不平静的世界里寻求内心安宁的方式。“瑜伽”一词在古圣贤帕坦伽利《瑜伽经》中的准确定义为“调伏自心”。它源于梵文音译,有“结合、联系”之意,为达到冥想而集中意识之义。通过瑜伽训练可以使人类本能各部分“结合”,与最高的宇宙万物之灵同化,使自己从痛苦和灾难中获得解脱。瑜伽也是东方最古老的强身之一,通过瑜伽修炼,可以将人类思想中产生轮回的种子消泯,可以证悟自心,可以消除人类的一切障碍。

# 《瑜伽哲学十四讲》

## 书籍目录

译者序第1讲 前三个原则第2讲 思维原理第3讲 精神构造第4讲 人类的光环第5讲 思想动力第6讲 心灵感应和洞察力第7讲 人体的磁性第8讲 密法治疗第9讲 心灵感应第10讲 灵性世界第11讲 越界第12讲 精神演变第13讲 精神因果定律第14讲 成就之路

### 编辑推荐

真正的生命是一连串的寿命，是生命的不断轮回。我们今生的寿命仅仅是若干世中的一次而已。当今的自我无非是先前生命所获得的诸多体验所产生的结果而已。当人们开始挖掘并开放心灵的时候，就会变得越来越不被来自于本能思维、智力、精神思维的短暂情感、情绪或感受所折磨，相反，人们会以平静、平和之心取而代之。处于这种状态的人，非常清楚心灵开放者与未开放者之间的气场是不同的。未开放者的气场中满是阴暗、污浊、粗重的色彩，整个气场都被某种当下的情绪、感受、冲动等所产生的光环笼罩着；而心灵开放者的气场中则遍布清晰、纯净、明亮的色彩，只是偶尔会被情感上或意愿上所产生的光干扰一下，然而哪怕极其微细的情绪波动，他们也能够控制、调节。智商较高的人如果能够好好修心的话，他的气场中就会布满预示着超凡智慧的奇妙黄色光芒。

——作者 真正的生命是一连串的寿命，是生命的不断轮回，我们今生的寿命仅仅是若干世中的一次而已，当今的自我无非是先前生命所获得的诸多体验所产生的结果而已。

## 精彩短评

- 1、什么鬼
  - 2、比较好的一本书
  - 3、大国学基金会于2010年7月3日捐赠
  - 4、信不信？我觉得比马克思容易信。
  - 5、文字有些煽情，但是这本还是有很多瑜伽的理论。适合初学者大概了解
  - 6、The words in the book is totally new for me ,which is so different from the concept that I have....I hope I can find what I want...I am very expecting it.我相信面相，手相，但我不相信什么前世今生。
  - 7、我一直想给这本书贴上“伪科学”的标签，但书中部分陈述我还是认同和感同身受的，假以时日再翻翻看吧
  - 8、还是翻译的问题？哲学的东西转了几种语言，要说清楚就不容易了。。。
  - 9、很有点意思的书。
  - 10、：
- B351.2/7137
- 11、灵性
  - 12、极好！
  - 13、被击中的感觉
  - 14、很棒 ~~~~~~
  - 15、瑜伽不是简单的身体修行
  - 16、基本可算作垃圾類。書名很能激起閱讀慾望 但是內容很一般 缺乏學術深度 也沒有實踐指導性 不愧是蒙美國佬的讀物。唯一值得一提的事 翻譯還湊合 可以流利閱讀
  - 17、这个是刚开始接触瑜伽时读的，跟后面的差异很大。一旦上升到理论，试图将一些灵性体验理性化，让它们脱离了个人的体验，它们就变质了，更接近于伪科学、神棍观点和强词夺理，因此也给人更多否定它们的理由。“佛学”也是类似的情况。结果真的是连洗澡水一起倒掉了孩子。
  - 18、最开始看的时候觉得很神秘，现在看来不假。不过这本书留给我的问题，一直没有得到解答，就是巫毒教的问题，对人进行诅咒到底对人有没有影响，是如何影响的？
  - 19、写得不好（可能是翻译问题），但意义深远。
  - 20、花一下午终于读完了，老师说的好几条都命中。“雷打不动的规律”
  - 21、里面一直提到的那一本《呼吸的科学》到底是哪本书 我在网上买了一本好像封面挺像的书 但是好像不是这个美国瑜伽协会的啊 好想看那一本 这本书我觉得基本是讲密法的 跟瑜伽体式什么的没什么联系 瑜伽大师就是密法大师的意思吗？不是很懂 不过这本书读了会觉得心里会祛除一些阴暗的东西 还不错 读的第一本瑜伽的书
  - 22、瑜伽应该用心去体会
  - 23、2007-11-27 19:01:20借书
  - 24、虽然不太好懂，但仔细看看，就会知道我们现在了解的知识太少了。
  - 25、瑜伽基本哲理 很透彻

## 精彩书评

1、这几天闲，又对它很感兴趣，所以读的进度很快 又加上写得也很通俗易懂 本来不应该写的，因为中间的某些感触有可能不正确 但还是写点，作为对读书过程本身的一种观察，而不是对瑜伽 1.就书本身的形成来说，知道一本书是怎么写出来的，对于理解这本书有很大帮助 但是很少有书会花点篇幅说明这一点，因为有时这是很尴尬 的；所以很多时候就得去通过书的行文猜它们出来。 我不能说我以下猜得有多大程度的正确性（这点谦虚和肘子很象：），只是读的过程中，给了我如下的印象（要是能有直接相关的方面印证一下就好了）：

a.就如书的封皮写的那样：这本书的作者不是一个人 而是“美国瑜伽协会 编”，而且是“第30版”。 b.从这个意义上讲，也能看出东方人的特征；西方人 对于诺贝尔获奖者的要求也是最多两个人，就是说要明确到个人；而我们东方人不这样。 d.我猜它是该协会办瑜伽培训班时的辅助教材； e.甚至是免费散发的宣传瑜伽的通俗的小册子；（就象传单一样：） f.更或者就是某个培训班进行时，某人把老师的讲话录下来，整理了一下； g.这就决定了这本书的行文非常口语化，而不象理论性的、书面的著作那样严密、严谨，很多地方赋予口头 表达的那种翻来覆去说明的特点。倒是很体贴。 h.由于它不是一个人写的，所以，很多方面，它叙述的时候，没有那种“我就是这么作的，我讲的就是我的感受、我经历的过程”那种令读者感到强烈的信赖 感和冲击性。 i.它花很多篇幅，用作者们所能想到的各种通俗的事例 来向读者说明一种高级境界的种种美妙，但也仅限于 此。实际上，任何人对于自己熟知的、一般的逻辑是 没有太大的耐心的，如果你无法向人证明如何具体地 从现时去达到那种高级境界、再加上你没有提供足 够的信赖感的话。 j.这样的结果是，我不得不费力地去分辨：哪些内容是 传自久远的年代那些创立者们经过自身的努力获得的 蹊径，哪些是这些无能亲临体悟、只能通过口口相传、再加上用现代的西方科学新发现附会上去的部 分； k.所以，总的来说，这本书不是一本理论性的东西，而 只是一种入门性的简介而已；它只说出：以此种角度 看来世界（抑或是人）是一幢七层的建筑，第二层可 以吃鸡肉，第三层可以吃牛肉。。至于为什么，它 说不出来。 l.因此，这是一本注了水的东西。我希望在看完后能把 它的水全挤出去，把它内在的核心缩写成1000字以内 的东西。因为这核心的确值得去探查。 m.我现在已经感到有必要之后找一本更深入的瑜伽书来 看了，而不是象开始那样把这本书本身当成一种终极 的叙述。 2.就叙述的方式来说， 上面已经说了一些关于它的叙述方式的方面，总体来说，可 能由于编写者有着一定的瑜伽功夫，因此，写得非常平易近人；要是挑剔一些的话，那就是他们借助于自己对西方科学 现在的一些发现来补充说明瑜伽主张的现象，这并没有什么 不好，但是过多的盘桓于这个层面而又看不起西方科学就让 人感到对于一种理论的传承者而不是创立者所固有的缺点 了。 3.就内容来说， 开始，我真不知道瑜伽到底是什么；但是它讲着讲着，我突然发觉原来瑜伽所主张的东西以前竟然是如此广泛地洋溢在 我们周围，虽然是被一些可能不称职的、只是想以此赚钱的 一些人所奇居：各种各样的气功，怪异的人体功能等等；我不得不感叹，在气功整体潜入地下的现在，瑜伽仍能以身 功能而傲立群芳、绵延不绝，实在是让人匪夷所思！ 4.就目前的感触来说， 现在看到的后三分之一处，又有一些新的内容出现，因此， 全面、深入地了解瑜伽理论仍是令人振奋不已。

2、第一遍读得很快，觉得没写什么； 第二遍读得很慢，觉得很多都能看懂，只是他表达得有些神秘化了。 瑜伽和京剧一样，存在着如何发展、与时俱进的问题； 很多方面从现在的观点看来，没必要那么神秘化了； 如果还是保持着那种原始的神秘的高傲，只能说明传承的人是不合格的，没有领会到精髓，只是在隐传藏在暗地里的衣钵而已。 等我看完这遍，再来写千字概括吧。

3、我自己觉得没有足够的资格给这本书写书评，能够写的只是我的感受。我觉得：这是我读到过的

## 《瑜伽哲学十四讲》

除了公认的经典外，我接触到的最好的瑜伽书了。翻译好。我一直在找同一个人翻译的其他的书，遗憾的是，没有找到。这样的翻译仔细流畅的翻译在目前是很难见到的。翻译质量直接决定了书中传授的知识是否有效传递。内容好。内容上是层层递进，瑜伽士需要掌握的世界观会从宏观到细节逐一阐述，足以扫清以前对瑜伽种种不清晰的理解。其他可以推荐的瑜伽书有《综合瑜伽》。

4、 我在一个爵士乐手的网站上，找到了这本书极力推荐的另一本书：《呼吸的科学》（《The science of Breath》）！ 作者仍然是这个Yogi Ramacharaka； 而他是一个真名叫作William Walker Atkinson的美国人！

5、 一个是《瑜伽经》，只有几千字；网上的《现在开始讲解瑜伽》是对《瑜伽经》的阐释； 另外一个《瑜伽之光》，英国人艾扬格练习瑜伽的亲身经历。

6、 免费下载！ 由于在看第二遍的时候，对译者序中的一段话产生了怀疑 我就迫切想找到它的英文原文印证一下 找到啦！ 而且立即就有了漏洞！ 英文原文是有署名作者的，作者名叫：Yogi RamaCharaka 而且这本书应该是开始写作于1903、1904年的 译者（或者是编辑）由于某种原因，将原书中的此类因素 一一抹掉！ 呵呵呵呵呵 嗯，翻译得相当好 当然，编辑另有想法，也是在所难免 我看完第二遍后，会把它缩写成1000字的短文。 我又后悔这样说过了，实际上，我更想的是写一下 我所理解的瑜伽，这肯定是两码事。

7、 为了要写那个1000字的梗概。 看到中间有些厌倦， 又看到后四章的时候， 看得我非常害怕。 看书我从来没这么害怕过， 这感觉倒好象是小时候看恐怖电影。 现在也不小了，因此就更加恐怖。 所以觉得有必要再写下几行， 以便作为艾瑞阿妮的线。 就我目前而言， 我承认人脑子里的知识是慢慢积累起来的， 在逐渐往里面添加进其他知识的时候 也会试着对以前的知识作整理、并用以前的知识来解释后进的知识 应该不至于出现什么颠覆性的过程。 这就算是拴马石吧。 再来说说这个世界。 这个世界以前不知道怎么样， 现在是越来越物质化了。 西风东渐的全球化文明最大成果是： 不把侵略战争叫做战争，而叫做反恐。 支撑着人类从个体到国家的最大动力仍是私欲。 而瑜伽呢， 不是这种向外的趋势， 而是向内、向上的某种趋向。 看到现在我还老心存疑问：你老向内，什么时候向外呢？ 以便世人接受你呀。 但是越看越觉着：它不打算回来了。 这念头太可怕了。 谨记。

# 《瑜伽哲学十四讲》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)