

矫林江 著

瑜伽史诗

还原瑜伽前世今生
感悟身心灵之旅

YOGA EPIC

人民东方出版传媒
东方出版社

YOGA EPIC

瑜伽史诗

矫林江 著

人民东方出版传媒
东方出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

瑜伽史诗 / 矫林江 著. —北京: 东方出版社, 2013. 9

ISBN 978-7-5060-6846-8

I. ①瑜… II. ①矫… III. ①瑜伽派—研究 IV. ①B351

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 226870 号



瑜伽史诗

(YUJIA SHISHI)

作 者: 矫林江

责任编辑: 姬 利 高 冉

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京外文印务有限公司

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1—15000 册

开 本: 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张: 17.25

字 数: 217 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-6846-8

定 价: 39.80 元

发行电话: (010) 65210056 65210060 65210062 65210063

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65210012















目录

Contents

自序

在时光穿梭里解读瑜伽的生死涅槃

——关于本书的缘起 6

第一章

命运的偶然 16

-
- | | |
|-------------|----|
| 1. 想自杀的男人 | 18 |
| 2. 死神的笑脸 | 20 |
| 3. 病榻上的瑜伽 | 23 |
| 4. 遇见前生前世的你 | 26 |

第二章

阿郎的故事 30

-
- | | |
|-------|----|
| 1. 繁华 | 32 |
| 2. 祭祀 | 34 |
| 3. 救命 | 40 |
| 4. 湿婆 | 50 |
| 5. 占星 | 56 |
| 6. 狂欢 | 60 |

第三章

可爱的可爱 66

1. 陷阱 68
2. 逃离 72
3. 求爱 74
4. 神女 78
5. 飞蛾 84

第四章

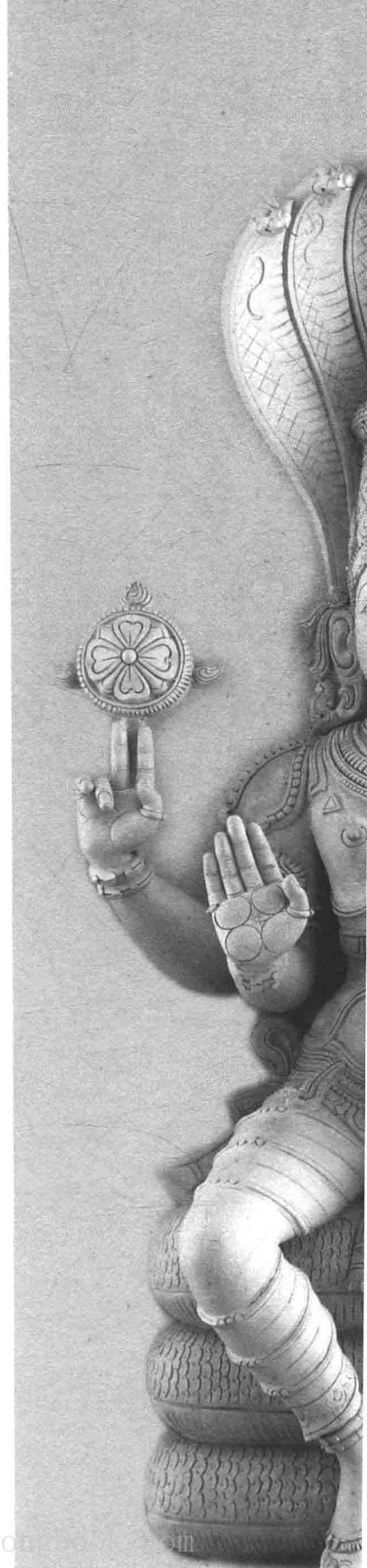
酋长向侏儒人开战 92

1. 贪婪 94
2. 鸟王 101
3. 罗摩 107
4. 抢婚 110
5. 杀戮 117

第五章

愤怒的大强 124

1. 毁约 126
2. 疾病 132
3. 殉葬 136
4. 神猴 143





第六章

一切都将归于泥土 148

1. 爱情 150
2. 洪水 157
3. 痴狂 163
4. 毗湿奴 167
5. 曼陀罗 170

第七章

永远到底有多远 174

1. 尘土 176
2. 回归 181

第八章

摩耶幻化的世界 186

1. 轮回 188
2. 命运 191
3. 火鸟 194

第九章

一座几千年前的伤城 200

1. 废都 202
2. 文明 206
3. 瑜伽 209

第十章

认识故事后面的真实 216

- 1. 部族 218
- 2. 神灵 221
- 3. 婆罗门 225

第十一章

还原瑜伽的前世今生 234

- 1. 旅程 236
- 2. 欲望·激情 240
- 3. 静寂·空 243

第十二章

回归宇宙神圣的智性 248

- 1. 身体的误知 250
- 2. 心灵的奥秘 253
- 3. 如凤凰般重生 257

人物与术语 262

参考文献 267



YOGA EPIC

瑜伽史诗

矫林江 著

人民东方出版传媒
东方出版社





目录

Contents

自序

在时光穿梭里解读瑜伽的生死涅槃

——关于本书的缘起 6

第一章

命运的偶然 16

-
- | | |
|-------------|----|
| 1. 想自杀的男人 | 18 |
| 2. 死神的笑脸 | 20 |
| 3. 病榻上的瑜伽 | 23 |
| 4. 遇见前生前世的你 | 26 |

第二章

阿郎的故事 30

-
- | | |
|-------|----|
| 1. 繁华 | 32 |
| 2. 祭祀 | 34 |
| 3. 救命 | 40 |
| 4. 湿婆 | 50 |
| 5. 占星 | 56 |
| 6. 狂欢 | 60 |

第三章

可爱的可爱 66

1. 陷阱 68
2. 逃离 72
3. 求爱 74
4. 神女 78
5. 飞蛾 84

第四章

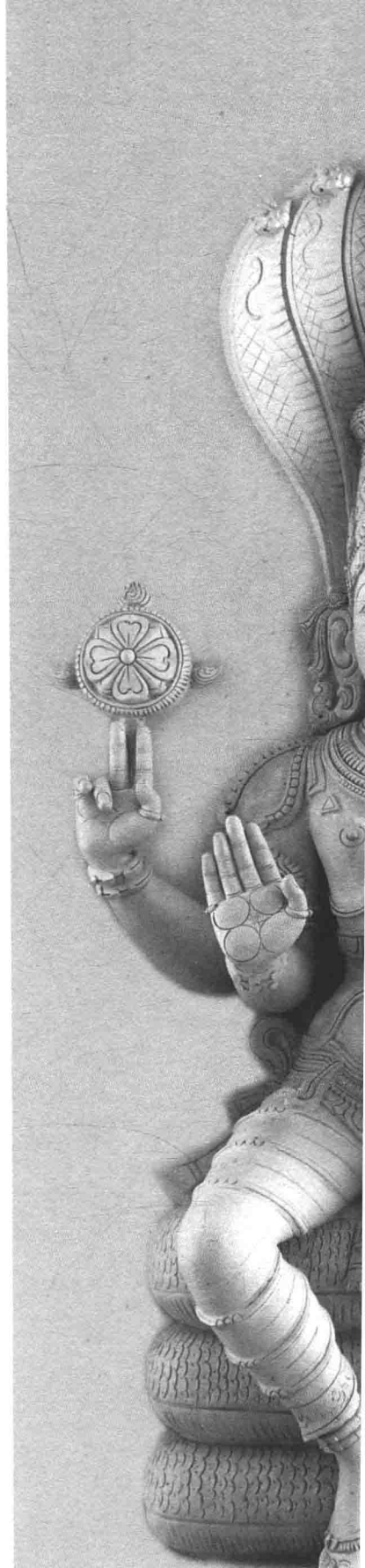
酋长向侏儒人开战 92

1. 贪婪 94
2. 鸟王 101
3. 罗摩 107
4. 抢婚 110
5. 杀戮 117

第五章

愤怒的大强 124

1. 毁约 126
2. 疾病 132
3. 殉葬 136
4. 神猴 143





第六章

一切都将归于泥土 148

-
- | | |
|--------|-----|
| 1. 爱情 | 150 |
| 2. 洪水 | 157 |
| 3. 痴狂 | 163 |
| 4. 毗湿奴 | 167 |
| 5. 曼陀罗 | 170 |

第七章

永远到底有多远 174

-
- | | |
|-------|-----|
| 1. 尘土 | 176 |
| 2. 回归 | 181 |

第八章

摩耶幻化的世界 186

-
- | | |
|-------|-----|
| 1. 轮回 | 188 |
| 2. 命运 | 191 |
| 3. 火鸟 | 194 |

第九章

一座几千年前的伤城 200

-
- | | |
|-------|-----|
| 1. 废都 | 202 |
| 2. 文明 | 206 |
| 3. 瑜伽 | 209 |