

<<打坐！ 先打後坐>>

图书基本信息

书名：<<打坐！
先打後坐>>

13位ISBN编号：9789866297335

10位ISBN编号：9866297330

出版时间：老樹創意出版中心

作者：宣印 著

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：<http://www.tushu007.com>

<<打坐！ 先打後坐>

內容概要

一次就學會打坐的十大技術教你學會打坐最持久的方法。

打坐，先打後坐是秘訣打坐，有方法，沒有答案打坐，讓內在閉關的深層喜悅打坐，連接你與輔導靈對話最快速的方法打坐，忘記打坐，是最持久最舒服的一種感覺打坐，讓內在世界與喜悅相會打坐，讓自己與內心的靈性溝通打坐，不但使你身體健康更會帶給你心靈的喜悅並得到心靈深處的安頓本書提供了「開悟二十一帖」智慧錦囊，讓打坐與生活融為一體。

引領每一位讀者建構充滿愛與關懷的生活，不論單身或有家庭、承事業重擔者或工作壓力大者，甚或連照顧自己都有困難的人，或追求心靈成長的修行者，學會打坐具體的方法會帶給你更大的改變，你的靈性可以幫助你找到答案，提升內在靈性的磁場，以及心中的慈悲力量，也會增加對事物的感知，帶動自己和週邊朋友的心性與身性一起成長，讓自己越來越富有慈悲力，相信打坐會讓你的眼神逐漸變得深邃而有力。

願拿著這本書的每一雙手，願雙手拿著這本書的每一位讀者，都同時與心靈好好對談，那就是「悟」的開始。

<<打坐！ 先打後坐>

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:<http://www.tushu007.com>