

<<至上瑜伽>>

图书基本信息

书名：<<至上瑜伽>>

13位ISBN编号：9787308106634

10位ISBN编号：7308106632

出版时间：2012-10

出版时间：浙江大学出版社

作者：蚁垤

页数：708

字数：700000

译者：王志成,灵海

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>

<<至上瑜伽>>

前言

总序一直以来想做一件事：翻译一些比较经典的书,出版一些富有生活气息和思考深度的书,这些书可以让更多的人感受到我们能够过上比已有生活更圆满、更自在、更自信、更有意义的生活。浙江大学出版社感到我们的想法在这个快速变化的世界中很有意义,欣然同意出版这套《文明经典文丛》。

我们希望这套书确实可以帮助提升人们的生活质量,使人们的生活更加和谐。

《文明经典文丛》所容纳的不仅仅有学术的内容,更有精神生命的内容。

在东方,哲学和生命是密不可分的。

我们的理智活动是生命活动的一部分,这部分内容有的和我们的生命关系密切,有的则不那么密切。

例如东方瑜伽,它不仅可以是学术的理智探讨,更可以是生命的试验。

瑜伽的原意是“联结”。

联结什么？

可以和我们的身体联结,通过瑜伽锻炼可以达到健体的目的；可以和我们的心灵联结,使我们的心灵更加超然、自在,更能体验到生命的美好和喜悦；可以和内在的生命本身联结,使得我们作为个体的生命生活在一个全新的世界中；可以通过瑜伽锻炼,帮助我们培养起一种新的生活方式,可以和其他人、其他社会共同体有一种更加健康的关系,甚至可以帮助我们进行有效的自我对话、个体间对话、宗教间对话、文化间对话、文明间对话。

瑜伽是走向个人和谐、社会和谐和自然和谐的一种方式、一条道路。

我们倡导广义的瑜伽观念,并不限制在大众的哈达瑜伽层面。

文明有多种含义,我们所指的是狭义的,主要指精神领域的文明。

从时间上说,我们既选择第一轴心时代的文明经典,也选择正在形成中的第二轴心时代文明可能的经典,或者一些富有新思想的专著或注释。

第二轴心时代的文明正在形成之中。

由于人文主义的发展,科学技术的高速发展,人类正进入一个我们在不久之前都无法设想的世界。

我们可以看到在全球化过程中,不同的文化传统受到根本性的挑战。

传统的经典需要有新的理解才能发挥其作用,而新文明的著作(其中包含经典性著作)自然也不断地涌现。

在这一背景下,我们可以回顾起第一轴心时代(公元前8 - 前2世纪),当时在地球的不同地区,几乎在同一时期出现了一批思想家,他们之间几乎没有来往。

而今天,由于地球处于一个全球村中,新文明的创造不再受地域的限制。

中国人和其他地区的人一起在创造一种新的文明,我们称之为第二轴心时代文明。

翻译和著述这方面的书不仅仅是一种时尚,它还能为我们更多地参与新文明、新文化的创造提供参考。

浙江大学具有悠久的人文传统。

我们希望这套书可以继承和发扬这一传统,也希望浙江大学在21世纪可以更多地参与人类新文明的创造。

是为序。

王志成 苏伟平2012年8月于浙江大学

<<至上瑜伽>>

内容概要

蚁垤编著的《至上瑜伽--瓦希斯塔瑜伽》讲述了：这世界是什么？众生是谁？

他们如何出现在此？他们从哪里来，到哪里去？心意的本质是什么？

如何探究心意的本质？

这样探究的结果会是什么？起初摩耶是如何升起的？

它又是如何结束的？

什么是依附？

什么是练习？如何踏上这七步瑜伽？

人应该怎样生活在这世上？觉悟了的人如何生活在这世上？

显然有一个秘密能使人不受尘世的悲伤与折磨的影响，就像水银，即便丢入火中也依然不受影响。

那秘密是什么？

明白了至上真理，他成了什么呢？行动和知识，这

两者哪个通向自由？《至上瑜伽--瓦希斯塔瑜伽》是一部有关觉悟自我的经典。

<<至上瑜伽>>

作者简介

作者:(印)蚁垤 译者:王志成、灵海

<<至上瑜伽>>

书籍目录

导言

第一部分

不动心篇

第二部分

求道者行为篇

苏卡的故事

自我努力

第三部分

创造篇

丽拉的故事

卡克缇的故事

十个年轻人

阿哈尔雅的故事

大森林的故事

三个不存在的王子的故事

拉瓦纳的故事

第四部分

生存篇

苏卡拉的故事

达玛、维亚拉和卡塔的故事

怖军、巴萨、德拉哈的故事

达苏拉的故事

卡可之歌

第五部分

消解篇

贾那卡国王的故事

庞亚和帕瓦纳的故事

巴利的故事

帕拉达的故事

迦地的故事

乌达拉克的故事

苏拉古的故事

毗哈萨和维拉萨的故事

维塔哈韦亚的故事

第六部分

解脱篇

对梵的描述

乌鸦布栅达的故事

主希瓦的描述

天神崇拜

木苹果的故事

石头

阿周那的故事

一百个楼陀罗的故事

吸血鬼的故事

<<至上瑜伽>>

薄吉拉塔的故事
锡克达瓦伽和库达拉的故事
点金石的故事
赐塔曼尼的故事
愚蠢的大象
卡克的故事
虚妄之人的故事
布罗尼吉萨的故事
甘蔗王的故事
石头里的世界
外层空间圣人的故事
维帕锡特的故事
猎人和鹿的故事
昆达丹塔的故事
译后记

<<至上瑜伽>>

章节摘录

圣人苏提克希那(sutiksna)向圣人阿伽斯提耶(Agastya, 投山仙人)问道：啊，仁慈的圣人，请告诉我有关解脱的问题。

行动和知识，这两者哪一个通向解脱？阿伽斯提耶答道：鸟儿只有借助双翅才能飞翔，行动和知识这两者一同引导你通向解脱这一至上目标。

既不单单是行动，也不单单是知识，而是它们两者一同引导你通向解脱。

我给你讲个传奇故事来回答你的问题吧。

从前有位圣人，叫卡润亚(Karunya)，他是阿克尼维司亚(Agnive—sya)的儿子。

这位年轻人掌握圣典，明白圣典的意义。

但对生活，他却变得逐渐冷漠了。

看到这一情形，他的父亲阿克尼维司亚就问卡润亚为什么要放弃他应该履行的日常生活职责，卡润亚答道：“经典一方面说，人应该履行经典的训谕直到生命终结，而另一方面又说，只有弃绝一切行动才能抵达永恒。

我的古鲁(导师)，我的父亲啊，在这两者之间，我该如何做呢？”说罢，这位年轻人沉默了。

阿克尼维司亚说道：我的孩子，你听着，我告诉你一个古老的故事。

想想这故事的寓意，然后按照你自己的意愿去做吧。

从前有位仙女，叫苏洳琪(suruci)。

她坐在喜马拉雅山脉的一座山峰上，看到众神之王因陀罗(Indra)的一个使者飞过。

苏洳琪询问这位使者去做什么，使者告诉她，有位高贵的圣人，叫阿里斯特纳密(Arista·aemi)，他把他的王国交给了他的儿子。

然后，他自己在甘达玛丹邪(Gandha.

madana)山上苦修，练习调息。

因为这个缘故，因陀罗要我带领众女神到他那里，邀请这位高贵的圣人到天堂去。

然而，这位高贵的圣人想要知道天堂的优缺点。

于是我告诉了他天堂中最好的、普通的和最坏的事。

众生都会得到他自己应得的回报，而一旦人们各自的功德耗尽，他们就得再次落回尘世凡间。

这位高贵的圣人拒绝了因陀罗的邀请。

现在，因陀罗又一次派我到那位高贵的圣人那里去，请他在拒绝邀请之前，先去听取圣人蚁垤(Valm(七)，跋弥)的忠告。

于是，这位高贵的圣人被引荐到了圣人蚁垤的面前。

他问蚁垤：“超越生死的最佳方法是什么？”为了回答他的问题，蚁垤告诉了他罗摩(Ra—ma)与瓦希斯塔(Vasistha, 极裕仙人)之间的那场对话。

蚁垤说道：当人感觉到“我是受了束缚的，我应该寻求解脱”，或者，他既不是全然无知，也不是没有完全觉悟，那么，他就有资格研读“罗摩和瓦希斯塔的对话”这部经典(即《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》)。

这部经典，通过许多故事阐述了达至解脱的方法，仔细思考这些方法，就一定会从无尽的生死轮回中获得解脱。

之前，我写了有关罗摩的故事，并把它讲给我的爱徒巴拉瓦迦(Bharadvaja)听。

有一次，巴拉瓦迦到须弥山(即弥卢山)去，把罗摩的故事讲给梵天听。

梵天听了非常高兴，就赐给巴拉瓦迦一个恩典，即满足他一个愿望。

巴拉瓦迦的愿望是“所有人都能免于不幸。

”巴拉瓦迦还请求梵天找到实现这一愿望的最佳方法。

梵天对巴拉瓦迦说：“到圣人瓦希斯塔那里去吧，请求他继续讲述罗摩那高贵的故事，聆听这故事就能从无知的黑暗中解脱出来。

”(说了这些话之后，)梵天还不满意，就陪着巴拉瓦迦来到了我的隐居地。

梵天接受了我的崇拜。

<<至上瑜伽>>

之后，他对我说道：“圣人啊，你那关于罗摩的故事应该是人类跨越轮回之海的救生筏。

” 我对梵天这突如其来的请求感到为难，我就请求圣人巴拉瓦迦解释梵天说的话。

巴拉瓦迦重复了梵天的话：“梵天希望您讲述罗摩的故事，这样可以让众生超越悲伤。

我也请求您，圣人，请您详细地告诉我，罗摩、罗什曼那(Lakshmana)以及其他兄弟们是如何从痛苦中解脱出来的。

” 于是，我告诉了巴拉瓦迦有关罗摩、罗什曼那以及其他兄弟们和他们的父母、王宫中的其他成员获得解脱的秘密。

而且，我告诉巴拉瓦迦：“我的孩子，像他们一样活着，你也可以当下脱离苦海。

” P3-4

<<至上瑜伽>>

后记

喳！一切的发生都是因缘！在亚洲基督教高等教育联合董事会的支持下，2001—2002年我去美国耶鲁大学访学。

期间参加了一次美国宗教学会(2002)年会。

在这次会上，参观了一次大型的书展。

我把自己带的钱全都买了书，其中包括宗教哲学家约翰·希克和后现代思想家唐·库比特等人的著作。

但是，不知出于何因，我在几个书摊上买了一堆瑜伽和吠檀多哲学的著作，其中就包括这部《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》。

希克和库比特的学术著作很快被我关注、利用起来，但关于瑜伽和吠檀多哲学的著作则被我束之高阁。

2007年，我为博士生开设了宗教哲学课。

有一次，我没有原因地说，谁读懂了《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》，谁就明白了、觉悟了。

那时，几个博士都有兴趣，而最有趣的则是灵海。

灵海当即复印了本书，并仔细阅读。

不久之后，灵海大呼此书了不得，称该书对她的影响难以形容，并表示应该翻译此书以介绍给国内的读者。

但当时因缘不足。

过了两年，在做了大量功课的基础上，因缘成熟，我们便开始了艰苦的翻译。

瓦希斯塔，也翻译成极裕仙人。

据说，他是古印度神话中七大仙人之一，是十生主中的一位，是大梵天之子，梵仙的首领，是太阳王族的家族祭司。

罗摩王子则是毗湿奴的第七次化身，那时他是十车王的儿子。

因我们不懂梵文，故我们的翻译依据的是斯瓦米·希瓦南达(Swatnisivananda, 1887—1963)的大弟子斯瓦米·维卡特萨南达(Swami Ven—katesananda, 1921—1982)的英文译本。

感谢澳大利亚奇尔顿瑜伽信托基金会(Chiltern Yoga Trust)的斯瓦米·那拉彦(Swami Narayan)和斯瓦米·拉卡斯米·阿南达(Swami Lakshmi Ananda)，他们免费向我提供了中文版权，让我们得以顺利地进行这项工作。

应该告诉读者的是，斯瓦米·维卡特萨南达的英文译本并不是这本书的完整版，而是一个简版。但就是这简版也已经有相当的规模了。

《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》也称为《摩诃罗摩衍那》，“摩诃”的意思是“大”。

换言之，《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》要比人们熟悉的《罗摩衍那》还要“大”。

我认为，这个“大”不仅指规模上的，也指思想上的。

本书的核心是圣人瓦希斯塔和王子罗摩之间的对话。

这些精彩的对话涉及自我、世界、宇宙节律的智慧，涉及如何觉悟的智慧，涉及如何更好地生活在尘世中的智慧。

全篇对话充分展示了印度吠陀时代以来的哲学传统，尤其是吠檀多哲学。

其中，我们也可以看到数论传统、瑜伽传统甚至佛学传统。

全书通过故事、寓言比喻、直接陈述等，展示了印度的精神哲学，以及对生活、对宇宙、对人、对神圣者的态度。

在翻译过程中，我们尽可能在哲学思想上保持原貌，而在文字上则有一定程度的处理。

《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》像太阳照亮着人们，像月亮滋养着人们。

无论是故事中散发出的热情和力量，还是寓言比喻中流溢出的沉着和冷静，那些有缘阅读到它的人都会从中感到圣人的智慧和慈悲。

在这里，我们从身心灵三个层面感谢瓦希斯塔和罗摩的慈悲。

希望我们的翻译能够基本上传达他们之间完美无瑕的对话思想。

<<至上瑜伽>>

在翻译和出版的过程中，我们得到许多朋友的关心和帮助。

这里要特别感谢闻风先生。

他认为，在当前的社会环境下，出版这样的书非常有意义。

我的学生蕙觉也非常关心本书的出版。

蕙觉跟我学习的时间不算长，但她进步很快。

感谢妻子林曦对翻译工作的大力支持。

感谢苏伟平先生对本书翻译工作的关心和肯定，并就书中某些问题进行了探讨。

感谢王晓朝教授对我从事印度哲学与跨文化研究的支持。

还要特别感谢英国考文垂大学韩德(Alan Hunter)教授。

韩德教授跟我相识多年，一直支持和帮助我翻译并出版东方哲学著作，这次要特别感谢他为《至上瑜伽——瓦希斯塔瑜伽》撰写了中文版导言。

感谢曹政同学为本书电子版的扫描和排版所付出的辛勤劳动。

感谢浙江大学出版社张琛女士和章小可小姐，为这部浩大的著作之出版所付出的大量心血。

本书的翻译得到中央高校基金科研业务费专项资金资助，也得到普陀山国际佛教文化交流中心的支持。

特此致谢。

<<至上瑜伽>>

编辑推荐

《至上瑜伽:瓦希斯塔瑜伽》是印度中世纪的瑜伽经典，集文学性、哲学性于一体，是人们真正了解博大精深的印度文明之经典，是广大瑜伽爱好者提升自我修养的经典指导书。

该书包含：不动心篇、创造篇、维系篇、消解篇、解脱篇，各篇有故事，有故事的哲学分析，语言优美，容易阅读和理解。

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>