

南师所讲呼吸法门精要



[南师所讲呼吸法门精要_ 下载链接1](#)

著者:刘雨虹 编

[南师所讲呼吸法门精要_ 下载链接1](#)

标签

评论

可以指导自己实时精进的必要方法论

京东快递好给力，昨天下单，今天就到了，开心?，南师的书不参加618的活动，小遗憾。看了看还是买了，不等了!

有关南师的书我都会买，这本很有特点，非常精辟，看了后又受益匪浅，物流超快，大赞!

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。顺商祺!

这本小书是根据南怀瑾先生的诸多讲座整理而成，读一读，让浮躁的心趋于平和。

南怀瑾先生一生精修安那般那修法呼吸法，颇有心得，《南师所讲呼吸法门精要》由刘雨虹老师将南老散见各书及讲记中之呼吸法加以收集整理，并汇编成册，以方便学习者修持该法时参用。此稿经南怀瑾先生亲自审定。

京东大厨很优惠，买了好几百的书，物美价廉，有品位，服务好，快递快，真的好。

给朋友下单，很实惠了。一直信赖京东。以为是南师大。。

南怀瑾老师虽然人不在世可他的精神永在

书很好，内容不错，印刷也特别到位，让人耳目一新，好评

一直比较喜欢在京东买东西，性价比比较高，挺好的。

书不错挺好的，字体看起来很舒服，里面写的内容也很简单直接。

呼吸南怀瑾大家的著作博学的著作

南师的书，是真修实证来的。值得每一个读书人拜读。

南师的经典，值得好好阅读和领悟。

南怀瑾大师的书，不错，了了一桩心愿

不错的成人书，很涨知识值得购买阅读，京东买书质量有保证

看起来质量还不错的。

学习大师的作品，提升自身的修行。感谢京东商城提供的服务。

书完好无损，收货快，配送员很好。急着看书，先拆封了。

物流很快，货的品质不错的。

斯是陋室，唯读书不可辜负也！

很好的购物体验！还会继续买！

南师所讲呼吸法门精要养生必备

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，

开卷有益！看看不错！

印刷精良，字体适中，是正品书籍，喜欢的可安心下手！

南师的著作都是启蒙入门的好书。

书籍精美，具体内容还未知，努力学习中

每次都停不下的想买，京东购买值得信赖

包装挺好的，内容还没看，希望能有所帮助。

质量非常棒的图书！出版社的信誉是质量的保证！值得购买收藏！！！！质量非常棒的图书！出版社的信誉是质量的保证！值得购买收藏！！！！

学会呼吸 掌握要领 强身健体 调节身心健康 很必要很有用

好得很，可以得到很多经验！

值得研习。。。。。。

不错，很好，养生、健康、修行必备书籍。

刚看了一下，感觉不错

这本专门讲呼吸的书，对我的工作有帮助。

南@的东西还需要评价么。。。。。。

拿到就翻阅了一遍，颇失望；首先是排版，文字大且半页空白，本来可以薄薄的小书，硬是搞成厚厚一本。内容太“理论化”，也可能是自己修为浅，领悟不到。

书品不错，包装很结实、完整，没有损坏。物流很快，一般都是第二天就可以到达。小哥很热情。网上购物似乎只喜欢在京东上买了。

书评，即评论并介绍书籍的文章，是以“书”为对象，实事求是的、有见识的分析书籍的形式和内容，探求创作的思想性、学术性、知识性和艺术性，从而在作者、读者和出版商之间构建信息交流的渠道。书评是应用写作的一种重要文体。

好!!!!!!!

发货速度非常的快。这是汇编的，不过经过了南怀瑾的审定。应该说把呼吸的法门讲的很清楚了。

南师所讲呼吸法门精要 一本养生的书 南老先生养生专家 知识丰富 值得学习学习

文字不长，表达的也很清晰易懂，没有跟晦涩，建议大家有空可以学学

就喜欢等有优惠的时候买书，存储着有时间再看，也有很多书想看但是一直没翻开的。

看书看的忘记了时间，直到看了半本才发现天色已晚，不得已狠心放下。[发呆]

这本书质量不错，字体略大，看着省力，京东物流也快，很满意。

我们的确是一个人的生活方式和生活方式的不同的方式来表达自己的心情了。你

南师的书籍非常值得学习，京东购买也很方便，好评。

写的真好 书是正版书纸张也不错目前为止没有发现错字等 支持京东购物
书不在厚有益则大

快递小哥是不是太给力了这么快就到了，书的质感和印刷质量很好

这本书主讲呼吸法，内遂还没有完全掌握，有一定难度。

南师著作应从小读到老，遍遍有启发。

囤货进行时，基本没有毛病，所以就通用评论了

对本次购买十分满意，期待下次购买。建议大家阅读。

南怀瑾先生多次强调的适合于现代社会的修行法门。

正版图书，值得购买，信赖京东。

南师的书，买多少都不够，学以致用，稀世难得

满200减80，买下来很划算

书很棒，讲解很详细，质量也没问题，推荐大家购买。

不错的书，好书啊，京东物流就是快，书的价格也很优惠。

顶礼南师，感谢刘雨虹老师的发心，这本书很好

这次包装很好 到货很快 书都很不错

相信京东，非常好，还没有阅读，喜欢？

好好好，拿分走人，物流快

一下买了5套书，感觉都很好，加上京东的满减活动，太划算了！

此用户未填写评价内容

不错的成人书，很涨知识，值得购买阅读，京东买书质量有保证

南师的书都是好书，好好好好

书是挺快的，包装一般般，京东派经常没有人在。

每一页只有一半，很薄的一本小书。

南师的书籍是要拜读的，价格还很实惠，不赖

书的质量很好，值得购买???

书不错，字体较大，年纪大点的读估计老花眼镜都免戴。

刘女士整理的小册子，便于翻检阅读。

一点都看不懂，但是上当也罢。

书我收到了，很喜欢，很满意。书是正品，自己清晰容易看懂。

很不错的一本书，实用，正在学习冥想呼吸，受益

很容易读，还没看完

好书，很有意思，多读书多谢书

很好的书，质量可以～

学习学习，希望有收获。

学习中！有很多不明！

好看好看好看好看好好好看好看好看好看的书

最尊崇的人就是南师，喜欢看南师的书

书不错，简单直接，质量很好

配送特别快，服务特别好。

品质很好！京东的物流，没得说。东西很好！当然五星好评！

非常好！！！！！！！！！！

趁着活动时买的，包装不错，快递也很快

物品物美价廉，质量过关，下次还买

静心的，照着学习一下，练练呼吸

南师的书，慢慢买吧，一次买多看不深，贪多嚼不烂

挺好的书，送货也很快

质量很好，包装结实，图书完好无损。

感悟良多~~~~~

非常不错的图书，送货也很快，希望京东再接再厉。

很好很好很好很好就好很好

内容往往将儒、释、道等思想进行比对，别具一格。

不错，正版书，还没看呢

物流快，售后服务态度好，以后会一直支持京东！

大师的书值得好好拜读

好书好书好书重要的事三遍一说

还不错，有时间就多研究一下

还没看，攒着慢慢看

正版书籍，开卷有益，

值得学习收藏，修行必备

:不错不错，好好好

南师的书，好好学习

南师所讲的经典，值得大家一读

??南怀瑾作品集（新版）：易经杂说

书不错，就是不明白每版为什么只排三分之二

收到宝贝，喜欢南师的作品

东西到的很快，也很好

南师经典，值得阅读收藏。

刚入手，待看。

不错！回头再买佛学方面的书看看

还没看见修安那般那的具体法门。

好书，值得一读，推荐大家看下！喜欢南怀瑾的看看吧！

由浅入深，后面几页就把呼吸法门过程深奥的地方说过去了，对初学到深入的人都有帮助

东西挺好。物流还可以。

很不错，一直喜欢南老的书……

别人推荐，好好练练这门功夫

好书，感谢顶礼南师

很快，很方便，质量不错

买了好几本书，看不过来啦。

书的内容也很好。

南怀瑾大师的书，读起来一气呵成，欲罢不能。

看了三分之二，内容空洞，思想低庸，故作神秘，商业炒作

質量很好非常滿意

书不错，快递也快

很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好

跟想象的不一样。

南老先生功德无量，刘雨虹好功德，京东功德无量。

终于买到。了解学习一下。

6666666666很不错

很好的书！ 值得修法者读！

南师的书，都值得好好细看。

挺好的， 物流也快。

南怀瑾先生著述， 好

, , , , , , , , , ,

不错不错不错不错不错

一气看完， 可以

好书， 推荐购买

挺好的， 不错。

南师的书， 阿弥陀佛

南师教的肯定好

好好学习天天向上

书不错，，，。

无价之宝的好书

传统不可丢

细读终有所获

呼吸法门精要

物流快服务好

书是好书，只是印刷只用了一半的纸张，不是浪费就恐怕是让我等写心得体会用的!

南老的书值非常值得看， 眼简意骇。

书当然是好书，就是优惠不够大啊啊啊

刘雨虹写的书 是摘录 书不大 字大
我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。

腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。

南师养生之道

不错，不错

书内容很好

物美价廉！

喜欢的书。

很好看的书

蛮不错的！

正品，好评

包装加了盒子，书本无损，红楼梦内页坏了

一星是对编者的。南师的讲述内容5星。缅怀南师，感谢南师。但后人太不争气，庙子里随缘免费送的书也不会如此排版，在ymx看得一个评价“每页只有9行，每行17个字。真坑呀”。一页居然只有9行文字，我还是第一次见这么奇葩的排版。”以为不可能，遗憾果真如此。
书摘：在八识里头，这个呼吸是什么作用知道吗？这叫“根本依”，因缘里头的根本依。你问一般讲唯识的，什么叫根本依？他会说“那是习气”，把根本依当成理论上的观念了；他不晓得就是这个气来的，这个气叫做根本依。根本依的后面是什么？是“种子依”。那就是你的个性了，前生业力的习气所带来那个叫种子依。所以你们要搞清楚，我们活着有这一口气的生命，在死亡以前是根本依在这里。而这个气呢？表面上看到是身体内部一股气，尤其是鼻子这里很明显；实际上不只是鼻子，我们全身十万八千个毛孔都在呼吸。尤其身体上有九个洞，两个眼睛，两个鼻孔，两耳朵，一个嘴巴，脸上有七个，下面小便大便，九个洞都在呼吸。不过呼吸主体的作用在鼻子，像烟囱一样，两个烟囱在呼吸。几千年前我们老祖宗讲风是怎么讲的？《黄帝内经》有一句话，说我们身体内部的风，这个气流，是“善行而数变”五个字。怎么叫善行？你不要看成善恶的善哦！这个善是形容词。这个风在身体内部是咻……咻……这样转，转得很快，叫善行。

很棒的书

购物便捷

物美价廉

挺不错的

非常不错

值得一看

百年经典

很大的字，这是专门给老眼昏花的人排版的吗？本来是很小的一个本子，结果排成了一本可以标价比较高的书。

活动时买到的，合起来太便宜了，真的很令人兴奋啊，激动地我别提了。本人就爱好看那种质量好的正版书，读者让人不有的就认真起来了可是我买的书太多，工作又忙一直没太多时间看书。这确实是一本好书虽然只是随便翻了翻 搞活动时买到的，合起来太便宜了，真的很令人兴奋啊，激动地我别提了。

内容很好，只是这排版，每页上半部都空白，凑页呢，一点也不环保!

不错的

广闻并蓄、还要10个字呀??????

[南师所讲呼吸法门精要_下载链接1_](#)

书评

[南师所讲呼吸法门精要_下载链接1_](#)