



困惑是觉醒的第一步

印度教最高教皇普世灵性导师
圣尊尼希亚南达帕冉玛希瓦上师

凯拉萨尼希亚南达印度教大学出版社
KAILASA's Nithyananda Hindu University Press

© 2023 圣尊尼希亚南达帕冉玛希瓦上师。版权所有。
© 2023 Sri Nithyananda Paramashivam. All rights reserved.

版权所有。未经出版者书面许可,不得在检索系统中复制或存储本出版物的任何部分,也不得以电子、机械、影印、录制或其它任何形式或方式转发本书的任何部分。

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or stored in a retrieval system or transmitted by any form or by any means - electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the written permission of the publisher.

注: 全书根据2006年出版的原文翻译, 并于2023年7月出版中文版, 最新资讯请参考官方网站

<https://gov.shrikailasa.org/>
<http://nithyanandapedia.org>



原文Nithyananda一律修改为最新尊称

The Supreme Pontiff of Hinduism, Jagatguru Mahasannidhanam,

His Divine Holiness Bhagavan Nithyananda Paramashivam

印度教最高教皇普世灵性导师圣尊尼希亚南达帕冉玛希瓦上师

注：Hinduism印度教，新马统称为兴都教

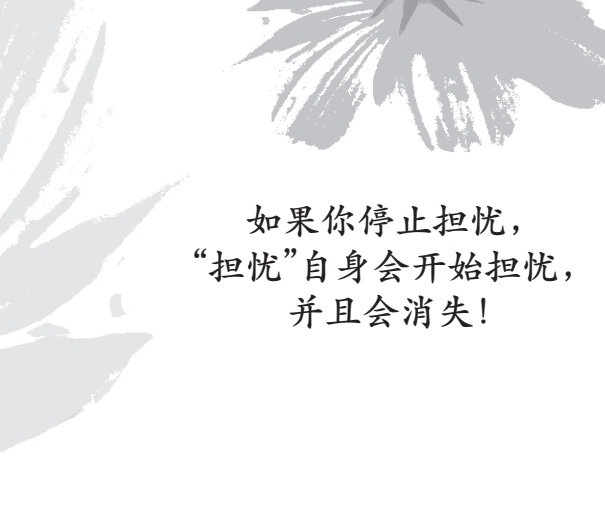
你在担忧吗？







如果你不停止担忧，
你就无法开始生活。



如果你停止担忧，
“担忧”自身会开始担忧，
并且会消失！

你在困惑中吗？



当你感到困惑的时候，
要清楚地知道
你已经非常接近清晰度了。





一位禅宗大师曾说：
只有两种人会感到困惑。

- 1、开悟者
- 2、白痴



困惑可以：
—— 确认你不是白痴
—— 通往清晰的过程





愤怒会杀死你和其他人吗？



大师们的生活对策
是转换速度。





你恨任何人吗？





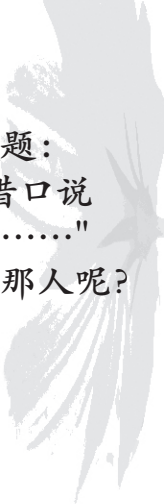
苏菲派有句谚语：
如果速度加快了，
微风都会变成龙卷风。
如果你找到一种降低
龙卷风速度的方法，
你就能创造出微风。





如果你能平衡或减缓
你愤怒的速度，
愤怒会变成爱，
变成一个美丽的庆祝！





我问你一个问题：
为什么你要找借口说
"我恨他是因为……"
一次又一次地记住那人呢？



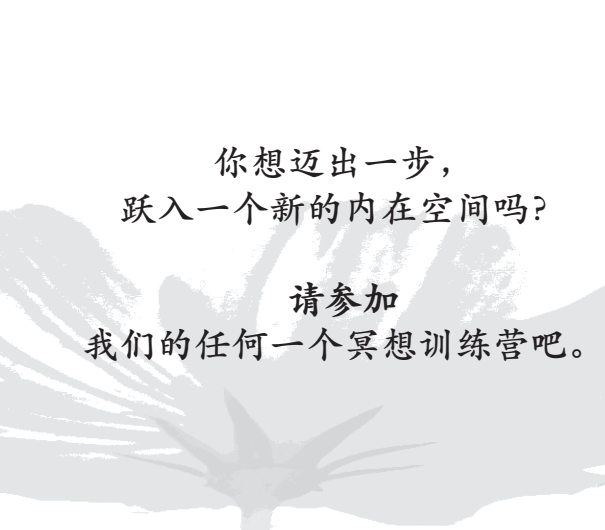
人们最终会意识到，
他对恨和爱的想法都是假的。



摘自道 (TAO) 的一句话：
一个想法不可能是一种体验。
仔细想想。







你想迈进一步，
跃入一个新的内在空间吗？

请参加
我们的任何一个冥想训练营吧。

凯拉萨

官网及社交网页



www.kailaasa.org



www.nithyanandapedia.org



www.innerawakening.org



www.nithyananda.tv



[/SriNithyananda](#)



[/LifeBlissFoundation](#)



[/SriNithyananda](#)



[/@NithyanandaTV](#)



[/SriNithyananda](#)



[/kailasanation](#)



[/SriNithyananda](#)



[sri.nithyananda](#)



[/c/NithyanandaChinese](#) (中文)



[/ParamahansaNithyanandaChinese](#) (中文)



公众号: 至尊瑜伽行者尼希亚南达 (中文)



kailasachineseeworld@gmail.com (中文)

凯拉萨的社交媒体举措
在108个社交平台
以120种语言
丰富了逾十亿生命

请在以下媒体平台上搜索

KAILASA's SPH Nithyananda Paramashivam

并予以探究：

Soundcloud

Mix

Spreaker

Medium

My Space

Wattpad

Tumblr

Podbean

WebNovel

DeviantArt

Podmatic

WeHeartIt

Digg

Quora

Blogger

Goodreads

Snapchat

尼希亚南达全知宝座灵修院

就近联系电话

中国香港

+1-6474242639

马来西亚

+60-123900325

新加坡

+65-92772656

印度 (所有邦)

+91-6363581496

中东地区

+971-506548046

美国

西北部

+1-3128437499

美国

洛杉矶

+1-4252698152

圣何塞

+1-4087504340

美国南部

+1-7049568966

俄亥俄州

+1-6145718425

俄克拉荷马州

+1-4058336107

新泽西州

+1-2014868205

加拿大 (所有省)

+1-4165607007

特立尼达和多巴哥

YOGINI SARVAJNAPEETHA

+1-8687544545

澳大利亚 (所有地区)

+61-451869331

欧洲 + 非洲

+44-7701078763

日内瓦

YOGINI SARVAJNAPEETHA

+1-9093008879

“停止担忧

开始生活”

——印度教最高教皇普世灵性导师
圣尊尼希亚南达帕冉玛希瓦上师