

巴巴穆坦南達所著
《冥想》書中的教誨

要讓心念寧靜，要借助於曼查。

~ 斯瓦米穆坦南達



© 2022 SYDA Foundation®。版權所有。

斯瓦米穆坦南達，《冥想：喜樂在心中》，初版（紐約南福爾斯堡：悉達瑜伽基金會，1999年），頁 36。