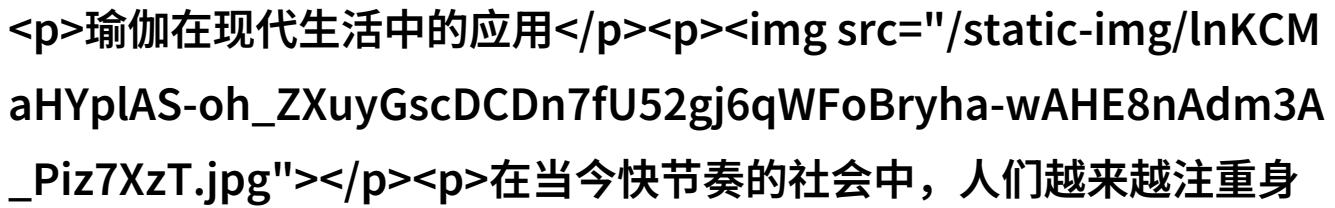


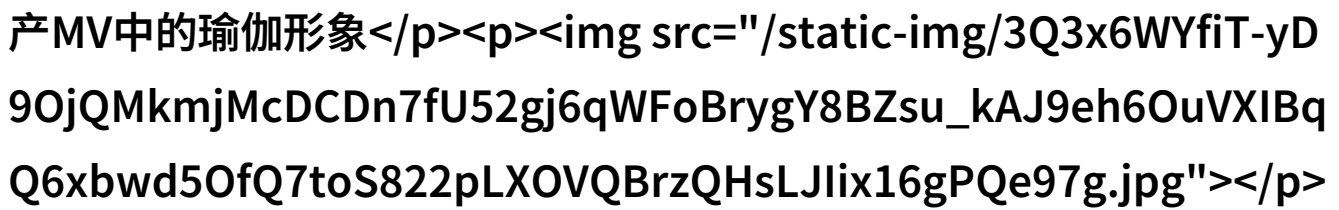
瑜伽垫上的麻花豆探索身体与灵魂的和谐

瑜伽在现代生活中的应用



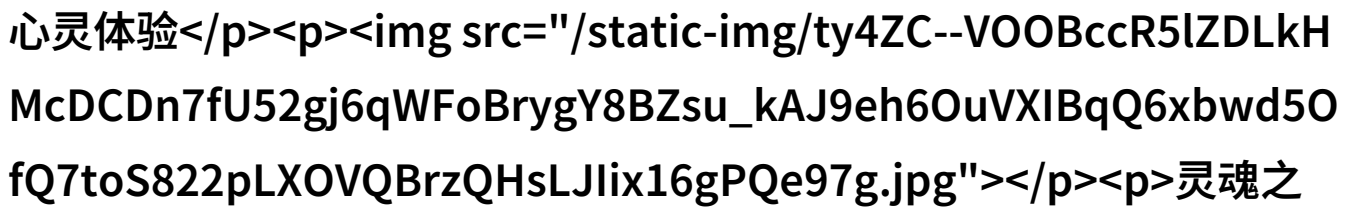
在当今快节奏的社会中，人们越来越注重身心健康。瑜伽作为一种古老而深奥的练习方式，不仅能够帮助人们放松紧张的情绪，还能增强体质和提高自我意识。

麻花豆传媒剧国产MV中的瑜伽形象



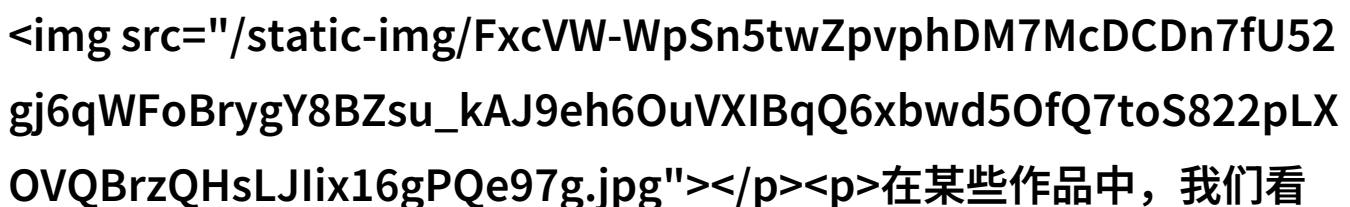
在麻花豆传媒制作的一些国产MV中，我们可以看到瑜伽被赋予了新的生命。在这些作品中，瑜伽不再是一种单纯的运动，而是成为了一种精神层面的追求。通过对瑜伽姿势精准还原，以及场景布置充满诗意，这些作品成功地将瑜伽文化推向了新的高度。

瑜伽垫上分享的心灵体验



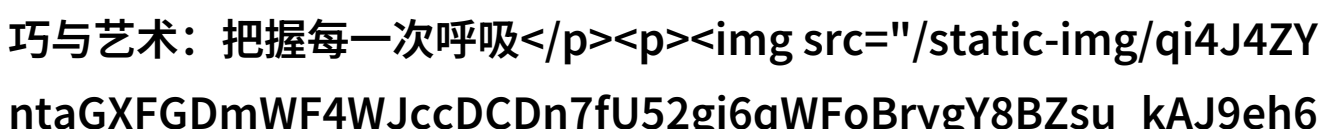
灵魂之旅并非总是在高山或静谧森林中寻找，而有时也可能在一个平凡的空间——如一块简单的地毯上。一块专为此设计的地毯，如同一个温暖的小宇宙，让我们在忙碌的人生路上找到片刻宁静，与内心对话，共享那份独特的心灵体验。

从地面到空间：创造性的使用空间



在某些作品中，我们看到了从传统的地面练习转变为更加创造性的空间运用。这不仅限于在地板上的各种动作，还包括墙壁、天花板甚至是自然环境。这种创新让人感受到了新鲜和自由，同时也增加了练习过程中的趣味性。

技巧与艺术：把握每一次呼吸



OuVXIBqQ6xbwd5OfQ7toS822pLXOVQBrzQHsLJlix16gPQe97g.jpg"></p><p>每一次深呼吸都承载着力量，每个姿势都蕴含着美学。这样的结合，使得原本枯燥乏味的事情变得充满魅力。而这些，都源于对细节的把控以及对整体构图的大师级别掌控能力，这正是那些专业制作团队所展现出的技术水平与艺术品位。</p><p>生活实践与文化遗产：共同塑造未来</p><p>不论是在影视作品还是日常生活中，对于如何更好地融合西方及东方元素，并且不断探索新的训练方法，是一项重要而又持续发展的话题。只有这样，我们才能真正理解并继承这门古老而神秘的修行技艺，为未来的年轻一代提供更多样的选择和学习途径。</p><p>下载本文pdf文件</p>