

《芳療聖經》

图书基本信息

书名：《芳療聖經》

13位ISBN编号：9789861241920

10位ISBN编号：9861241922

出版时间：2004-6

出版社：商周出版

作者：克莉西.懷伍德,Chrissie Wildwood

译者：牛爾

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《芳療聖經》

內容概要

針對目前市面上林林總總各種的芳療書籍，究竟這本書由有何不同？這本實用芳香療法百科全書是一本具有權威性、全方位的芳香療法暢銷巨著，不僅提供各種身心問題的實用精油治療處方，同時還包含對於芳療在身心靈方面各個層次的詳盡介紹，由於作者及譯者本身專業的醫療背景、並涉獵許多其他全面療癒的領域，使得本書內容涵蓋相當廣泛，包括：順勢療法、巴哈花精療法、自然食物療法、按摩療法、瑜珈、冥想、及許許多多身心的修練技巧。

目錄

- 芳療歷史及未來
- 認識精油
- 基礎油及精油調製訣竅
- 精油的選購及保存方式
- 精油的安全性
- 孕婦使用精油
- 頭到腳的芳香療法
- 人體11大系統各論
(皮膚、呼吸、循環、消化、泌尿、肌肉、骨骼、內分泌、神經、免疫、生殖)
- 嬰兒、幼童的芳香療法
- 食物、運動及冥想的全面療癒技巧
- 氣場及玄妙的精油測試
- 心靈芳香療法
- 按摩原理以及各種按摩技巧
(包含美容按摩、全身按摩、老年人按摩、嬰幼兒按摩、運動按摩、情侶按摩、自我按摩技巧等等)
- 皮膚美容保養
- 香水及愛情的精油
- 寵物芳香療法
- 居家及庭園的芳香療法
- 57種精油各論
- 全世界精油品牌介紹及購買訣竅

《芳療聖經》

作者簡介

作者介紹

克莉西懷伍德 (Chrissie Wildwood)

女士是在芳療領域中具有領導意義的專業作家，具有多年豐富的醫藥背景，此外，她也是一位專業的芳療師，著有許多暢銷的芳香療法及自然療法書籍，例如：自製芳療香水 (Create Your Own Aromatherapy Perfumes: Enchanting Blends for Body and Home)、愛人的情慾芳療 (Erotic Aromatherapy: Essential Oils for Lovers)、藥用植物百科 (The Encyclopedia of Healing Plants)、以及自然療法：身心安適的實用方法 (Natural Healing: Practical Ways to Find Wellbeing and Inspiration)、全方位抗壓 (The Complete Guide to Reducing Stress: The Natural Approach to Relaxation and Better Health) 等等著作，她時常在各大媒體接受採訪，並且固定替許多相關的健康雜誌撰寫專欄。

譯者介紹

牛爾

，37歲A型的水瓶座奇男子，小時候因受母親銷售化妝品的影響，對保養品充滿好奇心，12歲時開始使用保養品，並開始自行將家裡廚房材料調製面膜使用，自醫學院畢業後便開始踏入美容界，至今已超過十餘年，從事美容工作期間，曾多次赴英國、法國研習芳香療法及化妝保養等美容專業知識，被國內保養品一線記者譽為新一代美容教主！目前為自由作家、德國芳療協會會員、台灣花精協會理事，以及弘光科技大學化妝品應用管理系兼任講師

《芳療聖經》

精彩短评

- 1、无论是Chrissie Wildwood由浅入深的专业讲解，还是牛尔尽心的翻译，这本书是打开你进入精油芳香世界的钥匙。该书的内容足够想尽，同一案例，在推荐用油上也从香味、精油价格和获取难易度给出多种方案。按摩章节还贴心的配有牛尔示范的图片。在最后，牛尔对精油品牌也做了详尽的介绍和推荐理由。该书2004年中文手版，一些精油已能在国内购买。适合反复阅读到吃透，相当于芳疗培训机构的基础课程。
- 2、作者: 克莉西.懷伍德 / Chrissie Wildwood
译者: 牛爾 芳療聖經
- 3、必须收藏
- 4、翻译不好，内容比较杂，属于看完后可以给别人的类型
- 5、覆盖面广，比较生活化
- 6、很实用，照着做了不少复方精油和家居熏香，甚至于宠物的精油疗法，非常全面！也很惊喜按照书中搭配调配出的结果！大爱！
- 7、没读过其他芳疗书籍，这本还是很适合入门的
- 8、作者好像是医生，写的非常实在踏实，没有天花乱坠的吹嘘，牛尔翻译的也比较尽心尽责
- 9、可以对精油什么的彻底拔草了，就是把天然香精往脸上糊，天然香精也是香精！这货刺激性超大，功效什么的不要抱有太大期望。看看就知道有多少被吹得神乎其神精油的相对真实的面目，跟水晶的灵性、星座什么的同个路数~！
- 10、还是比较全面的一本书，可以作为芳香疗法入门的参考书！附录中介绍了不少的精油厂家，虽然已经不少年过去了，但是还是有不少的参考价值的！
- 11、因为这个封面和牛尔，减1星。
- 12、芳疗师的入门书对普通爱好者来说有点过于专业了

《芳療聖經》

精彩书评

- 1、有某些奇怪的方法不适合东方人~不过总体还是不错的~和市面上其他乱七八糟的芳疗书比较，还是推荐~
- 2、对芳香疗法的方方面面都作了系统的讲解，内容充实严谨，印刷也很好。最后有牛尔写的芳疗产品购买指南，也很实用。之前也买过其他精油入门书，比较之下觉得这本真的非常适合收藏，虽然在精油品种的介绍方面并不是面面俱到。
- 3、如题书很实用,虽然不太可能去按上面的资料自己做什么东西出来不过看了以后对天然植物系化妆品从另外的一方面有了了解,买东西心里有底了呢,嘿嘿...

《芳療聖經》

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:www.tushu111.com