

《女人的芳香私療法》

图书基本信息

书名：《女人的芳香私療法》

13位ISBN编号：9789868926580

出版时间：2014-3-25

作者：許怡蘭(Gina),米禮鹿 Miily

页数：256

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

《女人的芳香私療法》

內容概要

則耳熟能詳的童話、23位古今中外女神，
引妳進入女人神祕的內在世界！

從童年、青春期、尋偶、生育，一直到成熟和更年期，
呵護自己、照顧女兒，也別忘了更年期的母親！

158種芳療配方，讓妳可以依自己的需求，配合植物精油的應用，
將自然之力重新灌注於女人的身心之內。

讀完此書，妳就擁有「分析問題、判斷對策」的婦科芳療臨床能力！

女人的身體之內，蘊含著豐沛的陰性能量，這些能量如果被壓抑、或沒有得到適當的發展，很容易受到婦科問題的困擾，小從經前症候群、經痛，嚴重至子宮、卵巢、乳房病變，甚至是癌症等。想療癒疾病，必須從根源開始處理；女人的婦科問題往往與母女關係、兩性關係、過去創傷等有密不可分的關連。

Gina老師以輕鬆有趣的神話和童話，引導女人回顧生命，認識自己的本質；並按照身心成熟的歷程，從童年、青春期、尋偶、生育，一直到成熟和更年期，將婦科問題的症狀方向、形成原因分成五大類，讓讀者可以依自己的需求，配合植物精油的應用，將自然之力重新灌注於女人的身心之內。當女人認同自己，對症用油，達到身心平衡，就可以告別惱人的婦科問題。

【不同階段的女人芳香私療】

- 「塑形期」：女性內分泌問題的芳療祕笈
- 「青春期」：月經相關問題的芳療祕笈
- 「尋偶期」：兩性與婦科感染問題的芳療祕笈
- 「生育期」：懷孕、生產與產後的芳療祕笈
- 「成熟期」：婦科腫瘤與更年期問題的芳療祕笈

《女人的芳香私療法》

作者簡介

許怡蘭 Gina Hsu

極少數橫跨英、法、德、印等自然療法的資深芳療講師。Gina老師透過哲學思辯能力、廣博精深的學習、閱讀與臨床驗證，以及足跡遍及歐、亞、美、非，與國際芳療知名專家等協力進行的芳香植物田野調查研究，建構其獨一無二的芳香療法知識系統。

對神祕學及印度學的愛好，為Gina老師的研究與教學融入許多與眾不同的觀點；結合理論與身心療癒實務的各類工作坊，內容扎實緊湊、飽含人文關照卻又充滿歡樂感，深受學生歡迎，每每推出便為芳療愛好者秒殺。除舉辦各類芳療相關工作坊，並擔任各大芳療與保養品品牌訓練講師，近年亦多次受邀出國講學，並不定期擔任海外芳香之旅的領隊講師。

學歷：台灣大學哲學系、南華大學自然醫學研究所

經歷：肯園、伊聖思、根本芳療……等精油領導品牌教育講師、保養品領導品牌專家講師、國際芳療認證協會講師、國際芳療研討會專業翻譯、多國芳香之旅帶隊考察

著作：《精油能量全書》

審訂：《香氣與空間》、《精油圖鑑》、《香水的感官之旅》、《腳底按摩》、《第一次買精油就上手》、《精油論壇期刊》

部落格 蒙兀兒玫瑰ideAROMA blog.roodo.com/mughal_rose

粉絲團 獨立芳療師聯盟 www.facebook.com/idearoma

E-Mail mughalrose@gmail.com

繪者簡介

米禮鹿 Miily

總跟貓住在一起的獅子女巫，故鄉彰化，出生台北，回台南生活。親身耕種與栽植的芳療師，樂與自然和諧；感性比理性多些、邏輯比概念差些，筆記本裡都是塗鴉；偶爾自暴自棄，又隨時煥然一新；常忘了把長輩說簡歷上要寫學歷這件事聽進去。

臉書

米禮miily，插畫手繪illustration www.facebook.com/miily.1

米禮miily，芳療生活aromatherapy www.facebook.com/miily.3

《女人的芳香私療法》

書籍目錄

推薦序1 一本整合身心、與靈魂相伴的女性葵花寶典（溫佑君 / 肯園暨香氣私塾負責人）

推薦序2 帶領不同生命階段的女性，一起重獲自由（顏憶萍 / 根本芳療負責人）

前言 用精油啟動一個女人的可能性

第一章 母女關係如何影響妳的內分泌

1.1 基礎：親近大母神，找回妳的陰性能量

1.2 延伸：母女之間的愛恨交織、會影響妳成為哪種女人

1.3 故事：象徵女兒覺醒之路的小紅帽

小女孩覺醒！離開母親的道路 / 走向外婆（大母神）認識家族模式 / 大野狼來了，情慾、野性與風險 / 把妳吃進肚子裡，來自母愛的控制

1.4 個案：誰是小紅帽？

與母親發生衝突的人 / 無法與母親分割的人

1.5 配方：女性內分泌問題的芳療祕笈

性早熟 / 性晚熟 / 少女的乳房問題 / 通乳豐乳 / 女性陰道炎 / 毛髮與粉刺增生 / 女性偏頭痛 / 巨人症、生長痛、少女骨質酥鬆 / 骨折

第二章 人魚公主大變身

2.1 基礎：悠游於心靈海洋的美人魚

2.2 延伸：成為女人，經歷的第一次身心形變

2.3 故事：扭轉海妖印象的善良人魚公主

女人是水做的 / 少女的陰性直覺力

2.4 個案：誰是人魚公主？

神經質與完美主義傾向的人 / 有同儕壓力或社交恐懼的人 / 情感處於劣勢的人 / 受限於女性身分的人

2.5 配方：月經相關問題的芳療祕笈

經前症候群（PMS） / 月經週期不規律 / 月經次數過多 / 月經過少 / 次發性無月經症 / 經血量過多 / 經血量少、或有血塊 / 經期虛弱 / 經痛 / 子宮肌腺症 / 多囊性卵巢症候群 / 功能性卵巢囊腫（水瘤）

第三章 找到王子就能上天堂？

3.1 基礎：嫁給神怪丈夫的女人

3.2 延伸：處女遇劫，女性版本的英雄故事

3.3 故事：美女與野獸，瞭解妳與伴侶的關係

戀愛、性高潮、婚姻，都是死亡與重生的體驗 / 陰影姊妹，其實都是內在的負面聲音 / 面對真相，你就能把野獸變王子

3.4 個案：誰是野獸身邊的美女？

伴侶關係失調的人 / 身陷焦慮、罪惡感、不樂意性關係人 / 夾在原生家庭與小家庭之間的人

3.5 配方：兩性與婦科感染問題的芳療祕笈

愛情靈藥 / 閨房情趣 / 女性冷感 / 高潮障礙 / 性慾過強 / 陰部腫脹 / 性交時疼痛 / 性交後疼痛 / 性交後腹痛 / 性交後小出血 / 免疫強化 / 霉菌性陰道炎 / 細菌性陰道炎 / 滴蟲性陰道炎 / 生殖器病毒感染 / 清潔噴霧 / 婦科感染併發症 / 尿道炎、急性膀胱炎 / 間質性膀胱炎 / 口內炎

第四章 發現妳內在的淨化力

4.1 基礎：神聖受胎的聖母

4.2 延伸：給予生命希望的聖嬰

4.3 故事：從兩個版本讀懂睡美人

生育是只有女人才懂的祕密儀式 / 好壞仙子之間 / 生育能讓女人激烈改變後重生 / 生產讓身心排毒，改變體質

4.4 個案：誰是睡美人？

還沒準備好接納孩子的人 / 不能接受懷孕身心變化的人 / 孕期心情不愉快的人 / 沒完成生產過程，以及不願與孩子分割的人

4.5 配方：懷孕、生產與產後的芳療祕笈

不孕 / 牙齦不適 / 消化問題 / 肢體與循環 / 皮膚調理 / 呼吸 / 陰道問題 / 高危險妊娠 / 分娩 / 坐月子

《女人的芳香私療法》

／產後的乳房問題／產後憂鬱／流產

第五章 女性生命總回顧

5.1 基礎：象徵女性陰影面的黑暗母神

5.2 延伸：被妖魔化的成熟女性

5.3 故事：欲置白雪公主於死地的母后

母親吞食子女的控制意象／向年輕的自己告別，完成最後一次蛻變

5.4 個案：誰是白雪公主的母后

為家庭犧牲而流失能量的人／沒有自我，不受重視的人／對過去戀戀不捨，生命無法進展的人／被內在黑暗力量反噬的人

5.5 配方：婦科腫瘤與更年期問題的芳療祕笈

子宮肌瘤（前趨症狀為發炎、體質熱）／子宮肌瘤（前趨症狀為淤積、體質冷）／子宮頸癌前病變／

子宮頸癌／子宮內膜癌／卵巢癌／乳癌／乳房纖維囊腫／更年期症候群／熱潮紅／心悸／陰道乾澀／

情緒困擾／落髮／子宮脫垂

故事的結局

附錄：化學分類、英文俗名對照

植物科屬、拉丁學名對照

《女人的芳香私療法》

精彩短评

- 1、刚拿到手是不以为然，简略翻过。。后来细细看来。是很用心的一本书。
- 2、一本结合心理学与芳疗知识来分析女人的成长历程的书，通过童话故事来分析成长过程中的心理心灵变化，这里面精油可能不是主角，但是看完以后还是收获颇多，很有意思的一本书。

《女人的芳香私療法》

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