

《身心調癒地圖》

图书基本信息

书名：《身心調癒地圖》

13位ISBN编号：9789578292666

10位ISBN编号：957829266X

出版时间：2002-9-1

出版社：生命潛能文化事業有限公司

作者：黛比·夏比洛,Debbie Shapiro

页数：368

译者：邱溫

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

《身心調癒地圖》

內容概要

身體的表相症狀就像一張地圖，
引導你走入內在生命的調癒之路！

如果你讚歎《創造生命的奇蹟》帶來的驚人效果，
更加不能錯過《身心調癒地圖》帶來的神奇能量！

本書榮獲2007年美國遠見書獎 (Visionary Book Award)

入圍2007年美國諾提勒斯書獎 (Nautilus Book Award)

愈來愈多的科學研究證實，人的情緒和心理狀態可轉化為各種生理反應，甚至改變身體的化學平衡，特別是免疫系統。當身體發生疾病，你是否想過，這些症狀很可能正是寶貴的傳訊使者，可以為你打開生命療癒的大門！

史懷哲說：「人類有史以來最偉大的發現，就是可以藉由改變心理態度來改變自己的生命。」如果你想學習如何照顧自己的身體，想了解生理地圖的下方隱藏著什麼樣的情緒地圖，想認清身體和親密的互動關係，或想探索疾病、症狀可能代表的心理訊息，這都是一本可以滿足你、且深深觸動你心靈的好書，幫助你看懂自己的肢體心靈地圖，調癒完整的生命。

本書特色

* 作者黛比·夏比洛融合東方瑜伽、禪學及西方心理學、肢體心靈語言學的豐富知識與經驗，逐一剖析、介紹人體各個部位的症狀背後所隱藏之心理情緒訊息。配合從頭到腳的圖解，以及簡易具體的身心連結DIY練習，讓我們發現肢體和心靈之間的強大關係，探觸我們最真實的心靈。對於目前為疾病所苦的人們，提供全新的見解和療癒參考，堪稱為「身心療癒」書籍的經典。

《身心調癒地圖》

作者簡介

作者簡介

黛比·夏比洛 (Debbie Shapiro)

1953年出生於英國，15歲開始學習禪修，之後研習瑜伽、心理學、肢體心靈語言和佛學靜坐長達二十餘年，在身心整合領域備受重視，擁有個人獨到的見解。目前與其夫婿艾迪·夏比洛共同主持工作坊和研習營，並有著作十餘本，被翻譯成十七國語言。《身心調癒地圖》為其代表著作，並於2007年榮獲美國遠見圖書獎，入圍2007年諾提勒斯書獎。

譯者簡介：

邱溫

台灣大學外文系畢業，美國印第安那大學語文學碩士，專職翻譯十餘年，譯有《身心合一》、《肢體療法百科》、《孩子變壞了嗎？》、《孩子不是你的錯》、《溝通分析學派創始人 伯恩》（均由生命潛能出版）等數十本書。

《身心調癒地圖》

書籍目錄

- 推薦序 往整合的人生發展 呂旭亞
- 見證肢體心靈的智慧和力量 高華峰
- 前言 肢體心靈之間的祕密
- 第一部 在混沌中尋找意義
- 第1章 心靈超越物質
- 第2章 疾病的肇因
- 第3章 疾病的語言
- 第4章 「治療」症狀或「療癒」生命？
- 第二部 肢體心靈地圖
- 第5章 從頭到腳的巡禮
- 第6章 骨骼、關節和肌肉：運動的部位
- 第7章 消化系統：肚腹裡的菩薩
- 第8章 呼吸系統：生命的氣息
- 第9章 心臟、血液和循環系統：愛的韻律
- 第10章 免疫系統：城堡的守衛者
- 第11章 神經系統：中央控制中心
- 第12章 泌尿系統：平衡的守護者
- 第13章 生殖系統：男女大不同
- 第14章 皮膚：確定你的界限
- 第15章 眼睛和耳朵：集中焦點、注意傾聽
- 第16章 心智 精神障礙
- 第17章 能量之輪
- 第三部 肢體心靈的療癒力量
- 第18章 發揮心智最大效能
- 第19章 讓心靈獲得療癒
- 第20章 找回熱情與創造力
- 第21章 平衡身心
- 第22章 活動你的肢體

《身心調癒地圖》

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