

《開發第6感，練習更敏銳的自己》

图书基本信息

书名：《開發第6感，練習更敏銳的自己》

13位ISBN编号：9789866316715

10位ISBN编号：9866316718

出版时间：2013-2-19

出版社：大寫出版

作者：Teresa Brady

页数：304

译者：陳瑋琳

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

《開發第6感，練習更敏銳的自己》

內容概要

第六感重要嗎？第六感能幫你什麼？

第六感不是魔法或超能力，更不是想太多、神經質或錯覺。

本書將告訴你：提升第六感是再自然不過的事！

就像你用運動和健康飲食讓身體變好一樣，

透過鍛鍊更敏銳的第六感，

能在人生的每個階段保護你、帶領你，讓你擁有更快樂的生活。

別再小看或不相信自己的天生內在力量！第六感其實一直在等待著被啟用，然而我們不是從來沒使用過它，就是根本不相信它，現在開始信任、培養、激發並強化與生俱來的第六感，就能擁有更精準的洞察力！無論何時、何地、遇到何種困境，敏銳的第六感都能帶領你，讓你不求人、不煩惱。

我們倚賴並使用在工作和生活的「工具」何其多，但很多人都捨棄了第六感這個最重要、最好用的「天賦工具」，若想正確解讀出隱藏在許多行為背後難以察覺的思考、真相及正面和負面情緒，就一定要開發更敏銳的第六感，強化你那微弱的直覺力。

【本書特色】

專為生活忙碌的人設計，提供簡單且快速的技巧，教導如何觸發第六感並加以運用，大幅改善每日的生活品質。

創新的導引步驟，將第六感的培養精簡成26個以A-Z字母設計的練習法，是好記又實用的第六感學習工具，26個方法隨你挑選使用，不論單個或多個一起練都可以。

詳細介紹第六感的七種面貌，為鍛鍊第六感打好基礎。

【輕鬆開發第六感】

身為執業律師的作者布萊迪，多年來一直在自己的工作和生活中使用第六感，在書中她將告訴你，鍛鍊第六感一點都不難，生活中再平常不過、每天都在做的事，都是強化第六感的好幫手、處處都是開發第六感的好時機：

——下廚：最好自己下廚，你的想法和感情會主動積極地注入食物內，被食物吸收的能量是很強大的，無形中將會成為引導你的力量。

——觀想：努力「想像」好事發生，用正向意念扭轉困境，甚至能為創作帶來絕佳好靈感。

——按摩：溫熱雙手按摩頭部，打通讓好能量進入身體的管道。

——垃圾：把家中和辦公室裡的垃圾清乾淨，有助斷除垃圾思緒、遠離垃圾態度。

——小物：洗海鹽澡、噴灑精油、隨身攜帶石頭等，為自己帶來更純淨的第六感。

——發問：向宇宙下訂單、問問題。

——能量：穿著、飲食及居家布置的顏色，都能帶來好氣場。

——寫日誌：日誌是你的生命羅盤、第六感的百科全書！一定要每天寫，不要漏寫任何一天。

——夢境：夢境是人類最重要、卻未開發的資源之一。讓每晚的睡眠成為人生的好指引，擺脫倚賴市面上的解夢書。

——心無罣礙：練習進入「禪的意境」，能幫助提升專注力。

——音樂：弦樂可以讓大腦產生 波，能讓喋喋不休的心神獲得放鬆，如此可以讓你擁有高度敏銳力。

。

《開發第6感，練習更敏銳的自己》

作者簡介

泰瑞莎·布萊迪(Teresa Brady)

是獨立執業律師，她曾任商學院院長和管理顧問，擁有哈佛大學MBA學位及法律專業學位。布萊迪個人實際應用第六感已有幾十年，朋友、家人、同事以及來自各地的客戶都不斷向她請教，她總是熱心鼓勵那些對未來感到惶惶不安的人，她認為第六感不只應該成為人們的主流思想，還應該更加重視；想更深入了解，可以探訪她的網站www.byteresabrady.com 或email: teresa@byteresabrady.com。

《開發第6感，練習更敏銳的自己》

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