

<<身心灵修行与疗愈大全>>

图书基本信息

书名：<<身心灵修行与疗愈大全>>

13位ISBN编号：9787543870086

10位ISBN编号：7543870088

出版时间：2011-1

出版时间：湖南人民出版社

作者：方志明 主编

页数：265

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：<http://www.tushu007.com>

<<身心灵修行与疗愈大全>>

内容概要

春秋是中华文明发展史上的最核心、最精彩的时代。

礼崩乐坏，诸侯群起，百家争鸣……春秋究竟多少事？

本丛书以轻松幽默的语调，再现了中华文明这一波澜壮阔的时代。

钩心斗角的列国纷争、荡气回肠的英雄气概、聪明绝顶的先人智慧，一一鲜活地呈现在我们面前。

沧桑乱世卷描写了从公元前770年春秋开始，到公元前637年宋襄公争霸败北一百多年间的历史。

这一时期周王室式微，各诸侯国纷纷雄起，但天子余威仍在。

其间，既有诡异的外交手段，也有无畏的英雄形象；既有荒唐的笑料，也有严肃的伦理；既有礼崩的列国混战，也有高尚的国际道义……春秋多少事，都付笑谈中。

<<身心灵修行与疗愈大全>>

作者简介

广目天王：中国人民大学国学院博士，主要研究方向为先秦思想史与军事史，重点研究领域为春秋战国时期的军事与思想文化。

文风以幽默调侃见长，在天涯、红袖等论坛上人气很高。

<<身心灵修行与疗愈大全>>

书籍目录

致谢 张德芬 推荐序中国大陆的灵性成长 张芝华 推荐序让我们在爱中觉醒、相遇、疗愈、重生 徐敬东 推荐序向万里无寸草处去 林建雄 推荐序唤醒马车的主人阿光 推荐序新地球的邀请 方志明 自序
觉醒：让爱流动，让心自由 身之卷 第一章 自然疗法——让身体如花般绽放 一、自然疗法总述 二、芳香疗法 三、音乐疗法 四、色彩疗法 五、顺势疗法 六、水晶疗法 七、花精疗法 八、灵性彩油 第二章 灵气 (Reiki) ——能量医学中的奇葩 一、“灵气”自然能量疗法的来源及发展 二、认识人体能量系统 三、灵气符号物理学 四、灵气问答 五、灵气体验分享及案例 心之卷 第三章 催眠——打开你的内在空间 一、催眠简史 二、认识催眠 三、清除对催眠的常见误解 四、体验自我催眠 五、成功催眠治疗的核心与本质 第四章 NLP——人类生命艺术之匙 一、什么是NLP 二、NLP起源与发展历程 三、NLP能为我们做什么 四、NLP的核心精神 五、NLP的构架体系 六、NLP在管理中的运用——成功激励 七、NLP在个人成长及心理咨询中的应用 第五章 完形——深度觉察的旅程 一、什么是完形 二、完形治疗技术 三、总结 第六章 祈祷——让心灵回家的温柔呼唤 第七章 静心——向无限的可能性敞开 一、什么是静心 二、静心的基础 三、静心的方法 四、静心的核心 五、静心的作用 六、静心：一个没有终点的起点 第八章 萨提亚家庭治疗——内在和谐、人际和睦、世界和平 一、历史和人物 二、理念篇 三、技术篇 第九章 家庭系统排列——爱的秩序、心灵流动、与道同行 一、系统排列的起源和传承 二、系统排列的基本方法 三、当代系统排列进展(家庭系统排列) 四、家庭系统排列应用 五、“家族系统排列”治疗课程简介 第十章 疗愈、修行和成长 一、困扰与疗愈 二、不同的层面、不同的身体 三、介绍部分疗愈与修行体系 四、世间疗愈和修行成长 五、几个有益的小练习 六、生活与我们的意识 作者“身心灵”成长感悟 各章作者简介 下卷(灵之卷)预告

<<身心灵修行与疗愈大全>>

章节摘录

推荐序中国大陆的灵性成长中国大陆的灵性成长，近几年来像雨后春笋般的发展兴旺，各式各样的灵修课程和灵性书籍也是源源不断地上市供应，真是众人之福。

我非常开心看到有心人整理了这么一本好书，把身心灵课程中最热门的话题和修行的方法无私地与大家分享，让有志于心灵成长道路的人，能有一个更清晰的指引。

同时也让没有足够金钱或时间上灵修课的人，能够弥补一些遗憾。

而近来互联网也扮演了一个重要的中间角色，提供各种灵性信息给有心“问道”的人。

灵性的道路是一条找回自己的路，这些各式各样的法门只是指向月亮的手指，大家不要执著于手指，而是要顺着指引去找到内在真正的自己，那就是我们一直在寻找的月亮，从未离开，从未消失，只是会被乌云遮蔽。

祝福大家的灵性旅程收获丰硕。

推荐序 张芝华让我们在爱中觉醒、相遇、疗愈、重生我从不认为是我教会你们什么在身心灵的旅程上，我只是比你们早走几步是你们上路了我们看到的是同样的明媚风光我们听到的是同样的鸟语花香我们经历的是同样的阴晴圆缺所谓的治疗都是自疗所有的来访者都是我的老师有缘在人生的某个片刻你我相遇共同学习成长治疗从来都不是终极目标找到自己在世界的位置走上身心灵的修行旅程做你自己，才是人一生要追寻的——芝华幸福宝贝请我为这本书写推荐序，看完此书后欣喜这是中国第一本《身心灵修行与疗愈》的概论介绍，集结了多位身心灵老师的心得汇整而成。

这本书不仅提供了各个体系的基本架构和很多实用的练习方法，也融合了每位老师爱的能量和祝福，带领我们初探广大无垠的灵修与疗愈世界。

从凯西资料、新时代的启蒙者赛斯、欧林、克里希纳穆提、唐望、内观禅修、神奇的夏威夷古老疗法○极限到奇迹课程；从自然疗法、灵气、催眠、NLP、完形、祈祷、静心、萨提亚家庭治疗到家庭系统排列。

几乎现今世界主流的几大流派与修行体系都囊括进来了，这样全景式呈现“身心灵”的面貌与精髓，让人如逛进超级百货公司般，任君挑选适合自己的商品回家实践与修炼，是现代人的一本身心灵导览手册。

长年从事催眠教育工作与带领成长工作坊，到2011年即将满十周年了。

这几年在海峡两岸奔走，自己也不断灵修与上课，感悟到踏上这条路的神圣使命，老天总没让我闲着。

深深感受到一位助人工作者的内在修为与品性操守是如此地珍贵。

所以上课第一天我一定要求学员念催眠师规范与宣言，并遵循催眠师守则——天地之心。

所谓的天地之心就是三心——真心、爱心、耐心及二意——诚意、敬意。

关系，是治疗的核心，当你与个案在咨询室中，共同创造出的信任亲和感，产生了疗愈的进程与意愿，当你能放下治疗师我高你低的灵性傲慢，你就能进入疗愈的最高境界——天地之心，与道同行，游刃有余，而不会用力过度，耗竭殆尽。

真正的疗愈，一定是身体、心理与灵性三合一的转化与提升，这种改变，可能当时就可以看到，也可能一时看不到。

然而，那个变化是会慢慢起作用的。

当一个人疗愈了陈年的创伤，就是帮他们打开了一扇更加快捷通往修行的大门吧。

家族系统排列大师海宁格曾比喻治疗师就像一个牧羊人一样，当羊跑到范围外时，引导羊回到安全舒适的地方。

没有了牧羊人，羊照样可以生活；没有了羊，牧羊人就没有生活的价值，失业了。

所以治疗师应永远站在最谦卑的位置，服务生命。

作为治疗师，在整个过程中都是一个引导者的角色，我们需要带领来访者去经验到的状态或境界都必需自己能够已经有所体验，才能以无条件的爱去支持与陪伴所有的来访者。

而这些状态，治疗师需要经由深入的静心冥想、连接并顺应道的疗愈力量，以及生活中的精进的修炼才可获得。

<<身心灵修行与疗愈大全>>

由此可见，作为新时代的治疗师，个人的修为及身心合一的状态对于疗愈的成功也有着至关重要的作用。

灵性修行与心理治疗的结合应可提供一个简单深入而究竟的法门。

疗愈是房子的地基，灵性修行是房子的天窗，缺一不可。

这本书整合了两者是天意，也是编者的巧思。

美国最受欢迎的内观禅修大师杰克·康菲尔德，在其著作《踏上心灵幽径》一书中详述了灵性修行与心理治疗的结合的必要性。

在灵修的道路上，需要发现内心深处的创伤才能达到真正的成熟，包括来自过去的悲伤、未实现的渴望、一生累积的哀痛，正如阿姜查所说：“如果没有痛哭过许多次，禅修就还没有真正开始。

”二十一世纪的灵修，应该是与生活结合、务实的灵修。

修行最好的道场就是在人间。

人在外界的关系中经历的问题，无不是内在问题的显现或外化。

<<身心灵修行与疗愈大全>>

媒体关注与评论

我非常开心地看到有心人整理了这么一本好书，把身心灵课程中最热门的话题和修行的方法无私地与大家分享，让有志于心灵成长道路的人，能有一个更清晰的指引。

同时也让没有足够金钱或时间上灵修课的人，能够弥补一些遗憾。

——张德芬 华语世界著名身心灵导师，《遇见未知的自己》作者看完此书后，我欣喜这是中国第一本“身心灵修行与疗愈”的概论介绍。

这本书集结了多位身心灵老师的心得汇整而成，不仅提供了各个体系的基本架构和很多实用的练习方法，也融合了每位老师爱的能量和祝福，带领我们初探广大无垠的灵修与疗愈世界。

——张芝华 著名身心灵导师，“五韵四季律动疗法”创始人《身心灵修行与疗愈大全》可谓集当今各种流派与理念之大乘。

书中之内容经业内富多年经验及领悟之人士的提炼，纵览当今心灵成长之学，为对心灵成长领域感兴趣的各界人士提供了一本极佳的指南。

——徐敬东 国际授证NLP导师，“灵性成长学”创立人当阅读了《身心灵修行与疗愈大全》这本书，你将获得唤醒马车主人的力量，而痛苦将会逐渐瓦解消失。

没有了揪心的痛苦和哀怨的故事，你还是谁呢？

答案就在书中。

让我们一起来看看会发生什么吧！

——林建雄 广州葛吉夫催眠中心首席治疗师，心理学博士极少能够看见一本书像《身心灵修行与疗愈大全》这样涵盖如此众多的身心灵流派，而且，还有众多不同流派的导师们在此分享他们的心得。

我相信在这本书的帮助下，你会找到自己，走上属于自己的“道”。

我也相信这本书会成为身心灵成长者的常用手册。

——阿光 著名身心灵导师

<<身心灵修行与疗愈大全>>

编辑推荐

《身心灵修行与疗愈大全》：世界首部身心灵入门权威读物，二十余位著名身心灵导师倾心打造，首度全景式呈现身心灵各大流派，心灵导师张德芬、张芝华、徐敬东、林建雄、阿光作序推荐！

<<身心灵修行与疗愈大全>>

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:<http://www.tushu007.com>