

<<康复是一次旅行>>

图书基本信息

书名：<<康复是一次旅行>>

13位ISBN编号：9787801444851

10位ISBN编号：780144485X

出版时间：2003-1-1

出版时间：海潮摄影艺术出版社

作者：马修·曼宁

译者：王芳

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>

<<康复是一次旅行>>

内容概要

《康复是一次旅行》是英国著名康复医生马修·曼宁的代表作，全书介绍了一种通过自身的努力与癌症、其他重症疾病和现代人普遍存在的身心困惑抗争的有效方法，让患者以及亲友能从疾病和不良状态中摆脱出来，从中体会到人生与健康的关系，得到人生的快乐与幸福。

曼宁的妻子吉格身患癌症后，他们陷入了人生最大的困惑中，尽管曼宁本人就是一位癌症康复医生；却依然感到陷入了“战争的泥潭”。

最后通过夫妻的共同努力、正确观念和正确方法的应用，吉格终于战胜了癌症，不仅完全康复，而且比得癌症之前还要健康，成为从疾病中使人生得到升华的典范。

通过自己与妻子一起抗癌经历的启发，马修·曼宁将他从事康复治疗二十余年的经验加以总结，从免疫、营养、心理、情感、压抑、亚健康、治疗、康复、死亡观念等多方面阐发了健康与癌症之间的关系，进一步解析了要赢得健康所必须的十二种方法，给读者以极大的安慰。

在书中曼宁还别开生面地讲述了疾病与心理的互动关系；家庭面对重病时的理财方法；通过改善情绪改善病情的方法等。

这是曼宁的一贯风格，所以在欧洲马修·曼宁有健康成功学大师的美誉。

马修·曼宁告诉你癌症和其他严重的身心疾病并不可怕，可怕的是人们对这些病魔的无知，要取得身心健康成功，必须从观念、知识和行为三个方面下工夫，这也是《康复是一次旅行》的意义所在。

<<康复是一次旅行>>

作者简介

马修·曼宁是世界上最富才华的康复大师，他在自己工作和研究的基础上，吸收世界上著名的康复医疗者、医生和医学专家的经验，为我们提供了这本极富创造力的指导书，帮助我们获得最佳的健康、安宁和幸福。

他认为情感和环境是取得健康不可缺少的因素，他研究营养、信念和积极思

<<康复是一次旅行>>

书籍目录

致谢序·挑战癌症的心灵之作自序·这就是健康安慰的实质第一章 吉格战胜癌症的经历第二章 我的安慰之旅第三章 免疫系统：人体的国防军第四章 治愈受伤的情感第五章 欢笑、希望和乐允治疗的好处第六章 改变行为方式第七章 压力与健康第八章 应对生活中的压力第九章 你的身体健康状况第十章 健康饮食第十一章 食物与具体疾病第十二章 营养与癌症第十三章 信仰与康复第十四章 为最后之旅作好准备

<<康复是一次旅行>>

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>