

<<生命的重建>>

图书基本信息

书名：<<生命的重建>>

13位ISBN编号：9787508626161

10位ISBN编号：7508626168

出版时间：2011-1

出版时间：中信出版社

作者：露易丝·海

页数：214

译者：李媛

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>

## <<生命的重建>>

### 前言

我们很多人都觉得，要想彻底消除根深蒂固的旧有思维模式，就必须下苦功。

我认为改变内在不是非得“下工夫”，也不一定就是艰难或痛苦的。

依我看，它会成为一次冒险。

所以，我愿把此书献给身为冒险家的“你”。

你将踏上一场寻宝之旅。

被你发现的每一个旧有消极模式都只需用来剖析然后丢弃。

每一个这样的模式下面都蕴藏着一座宝库。

寻找本属于你的金子，创造本属于你的健康，找到本属于你的自由。

让你的生活充满爱。

你理应如此，这是你应得的。

我会帮助你。

你脚下的路，是通往心灵的启蒙。

## <<生命的重建>>

### 内容概要

我们生命中的每一段经历，无论好坏与否，都是由我们自己造成的。

我们此刻的一思一想决定着我们的未来。

我们每个人想些什么、说些什么、相信什么，决定了我们拥有怎样的人生经历。

日子可以过得兴奋、快乐、充满希望，也可以过得悲伤、受束缚、充满痛苦。

生活在同一屋檐下、有着相同境况的两个人，会经历截然不同的人生。

什么东西能让我们重获新生？

毫无疑问，是我们的信念。

如果我们愿意改变自己最基本的信仰结构，我们的生活就会呈?新面貌。

这是畅销全球的心灵经典《生命的重建》的实践指南手册，全书从我们关于生活的各种信念入手，从健康、工作、财富、友谊、爱情、衰老等方面，检视了我们常见的负面思维，通过具有针对性的思考练习和冥想训练，帮助我们转变根深蒂固的思维习惯，重建生命，获得新生。

## <<生命的重建>>

### 作者简介

露易丝·海(Louise Hay), 国际知名心灵导师和演讲家, 美国新时代运动领袖, 《生命的重建》( You Can Heal Your Life )、《女人的重建》( Empowering Women )、《治愈你的身体》( Heal Your Body ) 等众多畅销书的作者。

她的著作被翻译成26种不同语言在35个国家发行销售, 总销量近5000万册。

她的个人思想是在她痛苦的成长经历中逐渐历练而成的。  
她的童年在阴霾中度过, 5岁遭遇强暴, 后来她到纽约与一个富商结婚后, 被丈夫抛弃, 后被癌症缠身。

她凭借自己超强的意志力, 在自己身上实践她的冥想康复计划。

半年后, 她身体完全康复。

后来她的代表作一一问世, 在世界各地热销不断。

自1981年担任心灵导师以来, 露易丝·海已帮助成千上万人改变自己、挖掘自我潜力、实现个人成长和自我治愈。

她被全球媒体公认为是“自助运动”的创建者, 被称为是“最接近圣人的人”, 是一位成功走出童年生活阴影、完胜癌症而创造与众不同的生命价值的现代女性。

她还创建艾滋病救援组织、慈善基金会等帮助艾滋病患者及被虐待妇女和社会地位低下的穷苦人。

她是海氏出版公司( Hay House Inc. )的创始人和负责人, 旨在启发人们运用心灵康复治疗各种身体和心理疾病。

<<生命的重建>>

书籍目录

第一章 改变，从心开始第二章 信念第三章 健康第四章 恐惧第五章 批判第六章 上瘾第七章 宽恕第八章 工作第九章 财富第十章 朋友第十一章 性爱第十二章 亲密关系第十三章 衰老第十四章 你的新生

<<生命的重建>>

章节摘录

<<生命的重建>>

编辑推荐

<<生命的重建>>

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>