

<<潮流BIBLE:星相>>

图书基本信息

书名：<<潮流BIBLE:星相>>

13位ISBN编号：9787505722255

10位ISBN编号：7505722255

出版时间：2006-12

出版公司：中国友谊出版公司

作者：[英]朱迪·霍尔

页数：383

译者：余世燕

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>

## 前言

自远古人类把目光聚焦于夜空中无数遥远的星体上开始，星座的神秘意义和艺术象征从未在社会发展进程中随岁月流逝而式微，反而一再出现在世界各地的神话和传奇故事之中：它已成为人类丰富想象力和创造力的见证之一。

在许多民族心目中，星座不仅与人类文明密切相关，而且还代表了智慧、运气、胜利和奇迹等因素。时至今日，星座在潮流一族眼中已演变成为一种与事业、爱情、友谊、家庭及个人发展相关的概念。只要了解了占星学的基本元素和架构，我们就能轻松入门，走进神秘的星座王国里，玩得不亦乐乎。

## 内容概要

《潮流BIBLE:冥思》将为你的生活涂上一层快乐的颜色。

它内容详尽，行之有效，由浅及深为你搜罗了140多种实用的冥思技巧。

无论你是一名冥思的初学者，或曾有过一些冥思方面的体验，这本实用手册都能帮助你更好地面对自身的心理困扰，深入了解自己的内心世界，求得心灵的解脱，享受简单而快乐的人生。

本书的编排是以你对各种冥思效果的需求为主线进行的。

随后介绍的是如何通过冥思，使你在生活中随时保持清醒的头脑。

当你感觉自己心烦气躁时，当你不得不在很短时间内完成若干件繁琐的事情时，这些冥思方式帮助你即使在忙乱中也不至于失去分寸，乱了阵脚；它让你时刻保持应有的冷静，有条不紊地处理一切问题。

通过这样的冥思，你会发现，在做事时适当地放慢节奏、保持清醒的思路，不仅能让你的生活更有条理，效率更是出乎意料的高。

本书还对冥思在生理和心理方面的作用进行了介绍。

通过这些文字，你将学会如何通过冥思，给自己一个健康的体魄、远离疾病的困扰。

细品本书，你还能体会到，冥思绝不是坐在一个垫子上那么简单——就算是在活动中，你也能进行冥思。

冥思还有助于你实现自己的梦想。

冥思这种古老的方式或许还能帮助我们寻求神灵的指引。

<<潮流BIBLE:星相>>

作者简介

作者：(英国)朱迪·霍尔 (Hall.J.) 译者：余世燕

书籍目录

前言：冥思，体验美丽的优雅 1 冥思之前 关于本书 什么是冥思 为什么要冥思 准备工作 需要的用品 坚持练习 专用空间 冥思的姿势 冥思指南2 保持平静的心 引子 呼吸冥思 思想的云朵 广阔的思维 被分散的精神 九转呼吸 跳动的火焰 静听流淌的水声 思想定位 诵读经文 格里高利圣咏 西藏老唱钵疗法 仰望浩瀚星空 情绪化的思想 重归大地怀抱 迎接快乐的新一天 西藏落日 鲜花的力量 集中祈祷 平息情绪的风暴3 专注于生活 引子 半满的玻璃杯 猴子般的思维 所思何物 在意身体的感觉 何种态度 拾起一片秋叶 有意识的聆听 美味的冥思 成熟的果实 美丽的心跳 情绪警觉 购物能换来快乐吗 仁慈的消费 生活在此时 每次只做一件事 我的眼中有你 信息是帮助还是伤害 太空见习生 人生如白驹过隙4 治疗身体、心灵和精神 引子 净化之火 49天 甜蜜的梦境 敲打疗法 喂养你的恶魔 容纳对立面 以甘露洗涤心灵 .....5 在运动中冥思6 爱的力量7 解决问题8 实现你的梦想9 与神相连术语表

<<潮流BIBLE:星相>>

章节摘录

插图：

<<潮流BIBLE:星相>>

编辑推荐

《潮流BIBLE2:星相》：约会十二星座，多方位了解你的爱情、事业和健康！

《潮流BIBLE2:星相》是一本权威的星相推演指南，从星相的起源开始，全面阐述了它与自然界及人类的神秘关系，使读者快速了解有关星相的基本知识，从而学会如何利用这门学问来改善自己的爱情、事业、健康和运势，并从中获得更加犀利的洞察力，更好地认识自己及他人。

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>