

<<癌症不是绝症>>

图书基本信息

书名：<<癌症不是绝症>>

13位ISBN编号：9787507529302

10位ISBN编号：7507529304

出版时间：2009-10-1

出版时间：华文出版社

作者：许添盛

页数：811

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>

<<癌症不是绝症>>

前言

“身是菩提树，心如明镜台；时时勤拂拭，莫使有尘埃。

”神秀的这首偈告诉人们身体和心灵的关系。

通过身体症状，觉知观照自己心灵上的阴影，面对拂拭尘埃才能达到身心灵合一的健康光明人生。

整体观是这个时代真正有效的信息和观念。

从国外到国内，越来越多的人从事物现象的完整性、统一性和联系性出发着眼于全局，发现问题，处理解决问题，从而获得愉悦快乐的生活和有意义的生命。

但是医生只去医治人的身体症状，心理工作者只从人的心理行为方面去除问题，人为地把“身体”和“心理”分开的现象也非常的普遍。

几乎所有的疾病症状都是要强迫人们去改变自己的思维模式和行为方式。

症状其实是我们自身的镜子，它照出我们的阴影——那些不想成为、不想在自己身上看到、不想经历、不想使之成为特点的所有被排斥的东西。

症状只是阴影的表达模式，它告诉人们信息，是人们的老师和指路人。

<<癌症不是绝症>>

内容概要

现代医学研究进展一日千里，但人类整体的疾病与痛苦仍未能得到同步舒解，甚至我们利用先进的科技与药物来避免或治愈，却可能带给下一代更大的环境破坏、更多新的病痛。

于是，我们发出这样的疑问：我们的身体疾病是否与心灵、环境交互关联呢？

现代人对身体的认知是：身体就像汽车，会随着时间磨损，终至腐蚀成一堆废铁。

其实，正是这种不信任身体的信念，不断催眠体内的每个细胞，让它们慢慢相信自己的无能为力，把身体拱手让给了攻城略地的细菌和病毒。

许添盛医师投入身心灵整体医学研究多年，从新时代的思想出发，配合身心科门诊临床上的实证，在本书中提出40余种常见疾病与心灵的关系，希望帮助读者正视身体透过疾病传达的讯息。

《我心医我病》所提倡的新时代身心灵整体健康观，是指身体天生便有追求健康的倾向，人们应该相信并且倾听身体的智慧，观察它的变化为你带来什么样的讯息，然后学习去解读，才能让自己更健康、更接近存在的真实智慧。

试试看，当你建立起如此的观念，懂得珍惜疾病所带来的讯息，进而着手改善自己时，你一定能拥有更好的生命品质。

《做自己的情绪调节师：好情绪的45堂课练习课》内容简介：这本书大致可以说是涵盖了身心灵整体健康的情、理、法三面。

在情绪和身心健康这部分，比较浅显易懂，因为它是揉和了许医师多年临床经验的结果，让他深深体会到人性的复杂幽微处。

到了谈信念的篇章，许医师便尽力用一般人可以了解的方式反复讲解赛斯的中心思想。

及至谈自性的部分，更是已超越了身和心的范围，直接接触了哲学与宗教所关怀的层次，并且不受任何传统框架的局限，明白表达了赛斯独特而震撼人心的真理。

《绝处逢生：许医师癌症身心灵疗法》内容简介：癌症不应该只被视为身体的疾病，它是透过身体而反映出来的人生现况。

你应该视它为人生的转机 不是教你怎样吃更多的健康食品，或是如何去找更多的抗癌方式；而教你如何去做改变人生，引导你重新检讨对生命的态度。

心灵如果没有被了解、被洞悉、没有予以面对的话，任何只考虑身体的医疗、物质的医疗，都是舍本逐末的做法。

癌症的治疗，如果只对身体进行手术、化疗、放射治疗或是荷尔蒙疗法，甚至“另类疗法”或实验疗法，都是不够的，最终还是得从“心”着手。

长久以来，大家都感受到医学的无力感，也认同身心灵一体的观点，可是却鲜少有人能够把这样的洞见，变成可供操作、甚至复制的治疗方法。

许医师从事身心灵整体健康研究十数年，对于癌症的治疗及预防复发有独特心得。

在他的“身心灵整体健康成长团体”、“美丽人生癌症病患成长团体”里，的确有现代医学未知的理论基础及治疗技巧，治愈的效果斐然可观，而这些你可以在本书里找到。

当你阅读本书时，也许呼应了你内心所隐约感觉到的真理，或是唤醒了你对生命的真知灼见。

不管你是癌症病友、病友家属，或是治疗癌症的专业人员，希望这本对癌症截然不同的认知以及因而产生的全新治疗法，能够为你带来不同的思考方式。

《用心医病：癌症不是绝症》内容简介：每天睁开眼，都能看到、听到，读到癌症相关讯息，其中又以吃什么补品可以抗癌，或是说吃什么食物会致癌居多。

多年来，大家对防癌的认识多数仍停留在“物质表面”层次，抗癌方式也以各种彻底消灭癌细胞的“对抗方式”为主流，仿佛癌细胞是外来物，是侵入者，与我们——也就是身体的主人无关。

大多数癌友们都有这样的误解。

一个人的身、心、灵就像一家人，有乐同享、有难同当，没有一方能够置身事外。

当身体有了癌细胞，唯有从心灵的源头肇因探索起，继而用爱感化它们，引导它们回家，恢复为正常细胞，才是威力最强大、效果最有效的抗癌方法。

癌细胞的出现，是让我们的心中慢慢升起一种对自己的疼惜，用这种对自己、生命和世界的大爱

<<癌症不是绝症>>

能量，来感化癌细胞，这才是治疗癌症的有效途径。

<<癌症不是绝症>>

作者简介

许添盛，医师，毕业于台北医学院，先后任台北市立仁爱医院家庭医学科、精神科医师，台北市立疗养院精神科、台北县立医院身心科主任。

现任赛斯身心灵诊所院长，赛斯文化发行人、财团法人，新时代赛斯教育基金会董事长。

喜爱写作及禅修，是《联合报》心灵版、《中国时报》家庭版、《大成报》心灵推手版、《自由时报》家庭版专栏作家。

许医师对于癌症的治疗及预防复发有独到心得，他用理论配合生活实例及临床案例，以深入浅出的方式，在中华新时代协会讲授“赛斯心法”，并成立了“身心灵健康成长团体”、“美丽人生癌症病患成长团体”、“赛斯学院”及“赛斯心法修炼班”，应邀至内地各大城市，香港地区、马来西亚、美加等地，举办大型讲座。

场场爆满，佳评如潮。

<<癌症不是绝症>>

书籍目录

《我心医我病:新时代身心灵整体健康观》目录:推荐序人生最大的财富——身心健康用心开启自己生命的钥匙许医师带给我们的福音——“觉醒”原版推荐序追求一个“全人”的医疗时代我们都在寻找一个梦想现代医学另一条开阔的道路作者序新时代身心灵健康观迈开第一步第一篇 身体与心灵的关系引言你的身体对保健有什么想法相信身体的灵性与智慧转换对身体的负面信念改变整体人格抗癌疏导被癌症阻隔的生命能量不肥不胖没有安全感?

内脏无法承受的恐惧不老的身心灵减缓身心老化的方法第二篇 肉体的慢性病痛引言面对生活压力的血压反弹——高血压对人生无力造成心血管无力——中风把心放软下来——心脏病拒当郁闷的硬汉——肝炎、肝硬化超越内心的恐惧——肾脏病软弱一点减轻肠胃压力——消化性溃疡心情紧张肠胃造反——躁肠症候群不要停止快乐——糖尿病给自己一个快乐任务——糖尿病学习倾听内在行动——痛风失去生活目标天旋地转——晕眩症除旧布新解决痛苦——头痛解放温室中的花朵——癫痫症你的脚痒了吗?

——香港脚心理压力造成腰酸背痛——脊椎病变第三篇 过敏与免疫系统疾病引言你有准备生病的心情吗?

——感冒不安全感让孩子气管痉挛——小儿气喘话在心里咳不出来——咳嗽排斥环境的反应——过敏性鼻炎忍气吞声后的反弹——类风湿关节炎失速的脚步——甲状腺机能亢进缺乏自我肯定破坏免疫系统——红斑性狼疮信任是一帖灵丹妙药——淋巴瘤第四篇 精神、情绪与心智障碍引言莫须有的意识与潜意识战争——强迫症引爆被压抑的潜在人格——精神分裂症撤退异次元的人格——精神分裂症自己吓自己——恐慌症心怀焦虑难入睡——失眠骨鲠在喉的不安——焦虑症生命中不可承受的轻——忧郁症冲突逼迫情绪走极端——躁郁症遗忘时间的心灵——失智症上天最珍贵的礼物——唐氏症第五篇 性别与性的问题引言当女人真悲哀——经前症候群、经痛心理阴影造成麻烦事——阴道感染爱与性的绝望——宫颈癌女人该多爱自己一点——乳癌害怕被爱所伤的女人——卵巢癌身份认同危机——更年期症候群男性雄风的迷思——阳痿无处宣泄的性能量——前列腺肥大潜意识对性别认同的困境——艾滋病人对性的绝望——艾滋病《做自己的情绪调节师:好情绪的45堂课练习课》目录:情绪篇这一刻就是“威力之点”情绪的真面目愤怒有正面力量失败的好处恐惧是最好的朋友被迫害妄想世界平衡自己的不平衡梦是伟大的治疗师以理性跟随内在冲动化解生命的无力感打开身心能量的通道天天创造好心情真心真意的人际关系全新的“前世因缘”爱一个人比爱所有人更难爱与不爱,爱永远在信念篇心想事成不是梦得失心是沉重的担子渴望不一定代表真正相信你其实是自由自在的你多久没有关心内在小孩了突破男女界回归心灵的时机“疾病”带给我们健康你每分每秒都在治疗自己改变睡眠习惯治百病调整醒睡模式,身心更和谐分段睡眠好处多多观念没有错与对死亡新概念轮回转世就是这么回事六道轮回的效应自性篇行动是最有力量的冥想偶尔“心血来潮”过日子每一天都是生命的第一寻找真正的自我价值善用自我,决定你的未来神识超拔的我内心的那朵千瓣莲花……《绝处逢生:许医师癌症身心灵疗法》目录:推荐序门原版推荐序自序癌友自我疗愈版序第一章 给你一个癌症新定义癌症新定义——人生的转机癌症病人应如何看待自己开启内在的力量主宰者是自己癌友自我检视清单 发病第二章 身体天生是健康的身体有防御及治愈的能力身体并不容易得癌症身体健全性的哲学基础当你不信任身体时现代医学的盲点为什么会生病?

身体健全性的真正实情健康的白努力定理癌友自我检视清单 信任第三章 如果只有三个月可活癌症给我们什么启示?求死的欲望即求生的欲望永不褪色的青春受阻的创造之火癌友自我检视清单 绝望第四章 把女人从传统制约里解放出来女人是男人的附属品?女人应不断为家庭付出?好女人不该享受性?两性关系的平衡点乳癌与子宫颈癌的治疗关键癌友自我检视清单 爱与性第五章 打开男人丰沛情感的出口男子汉有泪不轻弹?为情感上的自我价值留点空间我好,你好,大家一起好!爱是唯一的生存基础癌友自我疗愈练习 释放内在的负面情绪第六章 癌友心理上的过渡阶段从震惊到

<<癌症不是绝症>>

面对从“心”根治癌症你并不受事实影响，而是受你对事实的看法影响癌友自我疗愈练习 十二个令自己快乐的方法第七章 食物不是嫌疑犯——怎样吃都健康环境污染与饮食致癌？

抗癌之道在于心，不在于吃相信身体，相信食物健康活力十字诀癌友自我疗愈练习 如何吃出健康第八章 超越时空的癌症疗法时空回溯法打开内在的心结当下即是威力之点癌友自我疗愈练习 从当下威力之点改变过去第九章 以心灵改变基因基因工程不等于基因治疗你才是基因的主人基因蓝图是为生命蓝图而服务疾病作为暂时的团结系统癌友自我检视清单 看出癌症的正面意义第十章 学习情感与情绪的表达“不敢生气”就没有“生气”放手做自己冲突也是一种沟通的过程癌友自我检视清单 情绪第十一章 接纳自己存在的价值无论完成些什么，你都很有价值如何向内自我觉察？

尊重每个个体存在的价值失败也是一种成功癌友自我疗愈练习 肯定自我价值第十二章 如何减轻临终的痛苦临终的过程，其实是人一生的缩影死亡并不是生命的灭绝庆祝你的生命，让身体顺其自然吧！癌友自我疗愈练习 临终前的自我心理建设第十三章 治疗师的使命倾听疾病背后的伟大智慧帮助个案找回纯真的本我治疗师的特质远比他讲的话重要附录一 美丽人生的告白人间处处有爱：周小姐的故事生活品质操之在我：黄小姐的故事癌症让我改头换面：李小姐的故事不再把自己当病人：赖太太的故事海阔天空的无限可能：许小姐的故事深刻美好的再生经验：甯先生的故事附录二 从西方世界看癌症西方女性的困境性爱的混淆年轻肉体的迷思西方男性的困境后记 我们是如此的生死之交《用心医病：癌症不是绝症》目录：推荐序身心灵疗愈的力量岳晓东人生最大的财富——身心健康鲜于凉癌症不是你的敌人武志红自序沉浸在身心灵疗愈的氛围里许添盛心法1 威力最强的抗癌心法玉石俱焚的错误抗癌逻辑破解癌细胞的思维方式大多数癌友都具有任劳任怨的性格癌细胞就是你你就是癌细胞许医师诊疗室感化癌细胞使浪子回头心法2 你可以不生病认识身体本质的力量排除不利身体的负面信息精神能量是强大的磁场许医师诊疗室感觉基调的练习心法3 意识力量转化癌症借由意识的扩展疗愈病痛打通意识、无意识与潜意识如何开始修行学习当主人，找回自己身体的自主权许医师诊疗室如何统一意识、潜意识和无意识心法4 癌细胞想回家别让负面意识影响身体以癌细胞不想再当癌细胞以“感谢、创造代替对抗”许医师诊疗室冥想练习：创造生命新实相心法5 创造力与疾病的关系想象力就是你的超能力我习惯用什么方式想事情想象力的世界才是第一现场反复阅读观念转化许医师诊疗室冥想练习：进入创造的世界心法6 解开心中的枷锁内心完全信任宇宙的爱学习当自己的菩萨疼痛难当时该怎么办许医师诊疗室冥想练习：成为自己的菩萨心法7 不当自己多好我不可能讨好所有的人与自然界的意识结合心打开，像天地一样宽广放下执著的自我许医师诊疗室：各种修行法门是否殊途同归心法8 因病入道真正的疗愈来自内在力量打开我们灵魂的眼睛“法”让人脱离生死轮回许医师诊疗室生命能量出来，肿瘤就会消失心法9 我要活下去疾病是情绪的凝结不化“价值完成”治疗法在生活中实践赛斯心法小孩罹癌，也在创造自己的实相许医师诊疗室如何帮助罹癌的小朋友心法10 不让癌症复发此病已在心灵层面被面对了身体对我们散发爱的信息以“感谢心”面对身体许医师诊疗室灵魂为何选择有缺陷的遗传基因心法11 意识转化潜意识内在有源源不绝的能量如何思考，比吃什么东西来得重要让意识跟潜意识重新联接许医师诊疗室不论运用何种治疗都要回归信望爱心法12 生命的意义努力奋斗为了谁如何为自己的人生着色你是没有受到限制的许医师诊疗室看见生命源头的光心法13 钻石开怀论丰富完整的本体相互影响的生生世世现在可以改变过去内在神性一直支持着我们许医师诊疗室转世的自己和可能的自己心法14 活得快乐，死得自在未知死，焉知生死亡是回到自己真正的家活得久不如活得精彩许医师诊疗室世间一切能量都是爱的能量心法15 让问题自行解决问题本身，即具备自行解决的力量“人心瘟疫”是癌症普世横流的主因许医师诊疗室对自己和身体施行仁政心法16 一个尚未准备好要死的人绝对不会死力量就在自己身上相同的信念创造共同的实相许医师诊疗室如何以福德改变个人命运心法17 大自然能量大自然本身是慈爱、健康、喜悦能量的幻化找回原本属于我们的健康人的心念会影响大自然回归大自然的心法许医师诊疗室要如何做身体才能不生病心法18 存在的力量心门敞开人生柳暗花明以心境转变外境勇敢实践生命就会开阔拿回生命的力量许医师诊疗室我要如何帮助患癌症的家人心法19 情绪的主控权思考方式决定情绪的好恶思想决定你的生命品质许医师诊疗室当罹癌的人要和我谈论死亡时，我该如何面对心法20 下定决心与意志力心是创造实相的主人建立正确的生命主轴许医师诊疗室是否一个人的意志力愈强愈好后记

<<癌症不是绝症>>

章节摘录

第一章 给你一个癌症新定义 癌症新定义——人生的转机 癌症不应该只被视为，身体的疾病，它是透过身体而反映出来的人生现况。

这正是我的观念跟西方医学最大不同之处。

癌症不是因，而是一个果。

我个人认为，真正致癌的原因，并非如现代医学以为的由饮食因素、化学污染。

或是有些医学专家所说的自由基的问题。

以饮食为例，过度强调“吃致癌物会致癌”的想法，只会让人产生恐惧，而恐惧对身体的危害远大于致癌物。

思想、情感、生活态度与身体的关系，远比吃下去的东西更密切。

请记住：You are what you think, not what you eat！

没错，癌症的确是一种基因的病变。

这一点毋庸置疑。

可是，到底是什么原因导致基因病变呢？

现代医学的最大问题在于：现代医学其实是一种物质医学，并非真正的医学，但大家却会把物质医学和医学画上等号。

我想提倡一个革命性的观点，那就是：真正致癌的因子，不是在物质层面能够找到的。

在我治疗的许多个案里，我常常看到，真正的原因是发生在心灵面，甚至可以这么说：心灵原因如果没有被了解、没有被洞悉、没有予以面对的话，任何只考虑身体的医疗、物质的医疗，或是所谓“基因疗法”，基本上都是舍本逐末、本末倒置的做法。

我甚至认为，这也是为什么现代医学对癌症向来有力穷的感觉。

唯有当医学的发展不再只考虑身体，而开始正视心灵在其中扮演的角色时，那才是最究竟的医学之道。

所以。

我要对癌症重新定义：癌症应该被视为人生的转机，这个转机不是教你怎样去吃更多的健康食品，或是教你如何去找更多的抗癌方式。

这个转机是教你如何去做改变人生，引导你去重新检讨对生命的态度。

它要引导你去问问自己：“你为什么活着？”

“你过的是一种什么样的生活？”

”透过这样的觉醒，才可能把启动基因产生病变的力量，导致开创生命契机的方向。

大多数的医学专家并没有真正看到这一点。

在整个医学教育里，所学会的大概就是物质医学吧！

在我的观念里，假设癌症是显现于身体的一个结果或效应，那么真正能够启动这个过程，其实是心灵的力量。

如果我们能够了解这样的力量，也许未来对癌症的整体治疗就会有不一样的思考。

我们将不会一直追着癌细胞穷追猛打，有时甚至连正常的细胞也遭殃；我们会找到背后扭曲的能量究竟是怎么一回事，然后进入能量的层面做调整。

让这样的细胞病变得以逆转它的过程。

这也是我近几年来一直在努力的方向。

就如我前面提到的。

癌症应该被定义为：一、它是心灵能量被阻塞、扭曲而显现在肉体上的结果，所以应从心着手，而非从身着手。

可惜的是，很少人能认清身体健康与心灵的关系。

二、它是对生活品质的追求、渴望改变的动力。

癌症的兴起，代表大多数人的生活方式并不符合内在的需求。

现代人生活品质的提高，只在于物质水平，而心灵能量是被扭曲的；人类已经到了不能再逃避的地步。

<<癌症不是绝症>>

了。

三、它是人生的转机。

人们应学习如何将这股被压抑的情感能量，转化为提升生活品质的动力。

癌症病人应如何看待自己 大多数病患在得知自己罹癌的刹那，大概都会觉得莫名其妙、自认倒霉，或认为是自己的饮食方式不健康所导致，或是归咎于遗传因素。

于是他能做的，只是寻求医学的协助，例如开刀、化学治疗或是放射治疗等。

很少人能够在这些过程中寻找到内在的力量——一个真正能够转化生命品质的力量。

逻辑很简单，如果一个人不明白自己为什么得了癌症，他又该如何去治疗癌症？

仅凭一些医学科技就能帮他幸免于难吗？

一个得了癌症的人，他应该去想想自己的内在是怎么一回事；是什么样的诱因，导致疾病的酝酿。

其实，就现代医学的观点，癌症也不是一朝一夕形成的疾病，它有逐渐发展的过程。

可是，现代人对于人生与身体之间的关系实在太陌生了，很难透过对自我的检视，了解到自身的内在力量是如何被扭曲而产生这样具毁灭性的效果。

很少人会对自己要过的生活给予真正的关注，而多半只着重在金钱与物质上。

癌症则让问题浮上台面，逼你去面对。

它是生命的品管者，灵魂的警讯。

如果大家能够了解上述的概念，相信一定能明白，癌症就仿佛是身体的毁灭性讯号。

当一个毁灭性讯号启动之后，不仅只是毁灭身体这么简单而已，它其实是要指出人生的新方向。

当我们听到那个警讯，如果能认出启动它的原因，我们就可以去改变那个过程。

依我自己的经验，在临床个案身上，我往往看到一股自我毁灭的倾向，可是大多数病友并没有看到这一点。

当这样一股毁灭性的讯号响起之后，他们才警觉到，原来自己的人生已经到达不可收拾的状态了。

即使到了这个地步，仍只有少数人愿意回过头来面对他们的人生。

我常觉得，真正的问题绝不在癌症上面。

很多人以为自己只是得到了癌症，只要癌症治好就没有问题了。

这样的想法对癌症病人来说一点好处也没有！

如果这个人的想法可以换成：“我所得到的癌症，正是反映出我的一些人生态度，尤其反映了我对未来的绝望。

”那么我会恭喜他，他有救了！

他明白癌症是一个转机，是要引导他去找到自己内在生命的出口。

因为他的内心其实经历着很大的痛苦与绝望，找不到出口，正处在一种无能为力的状态，也没有能力去改变这样的情境。

这个时候，癌症的信号出现了，它告诉你：你有两条路可以走，一是自我毁灭，让癌细胞蚕食你的身躯；另一个是把它当作转机，去集结你的能量做命运的突破、生命的大回转，以全新不同的态度面对人生，而这是你之前没有勇气去做的！

癌症让你有勇气去过你以往不敢过的日子，并放弃你原来食之无味、弃之可惜的生活。

开启内在的力量 我想提供一个建设性的概念，那就是：癌症存在的目的，其实是为了引导人们走向更好的生活品质，而非如医学描述的，它就像恶魔般地想夺走你宝贵的生命。

当你觉察到癌症与你内在的沮丧、绝望有关，它的起因是在你的情感、思想及生活里，而非在物质里，这就像我刚才所说的：“恭喜你！

你有救了！

”因为你很清楚明白：癌症只不过是幻象，它反映出你的心境，反映出你内心的绝望和痛苦，是绝望和痛苦让你无法活下，这才是真正的理由。

我再强调一次，绝对不是你的癌症让你活不下去！

但是很遗憾。

我们处身在一个以物质文明为主的社会，以西方物质医学当道的思考逻辑里，所以关于“真正的问题绝不在癌症上面”这样的思维，或许会令大家觉得非常陌生，可是事实的确如此！

<<癌症不是绝症>>

只有破除掉对癌症的恐惧，我们才会有力量把它变成一个转机。

有个很重要的观念要告诉大家，那就是：很多人得了癌症之后，会把目标放在“我如何能够活得更久一点”，可是这并非癌症要告诉我们的！

相反的，癌症希望我们知道：你活得这么久，却活得那么没有品质，有什么意义呢？

要如何活才会让人生发光？

要如何活才会觉得人生有价值？

什么才是你真正想过的人生？

癌症其实是要引领我们去开启内在的力量。

我愿意再三强调，癌症是内在生命能量被阻塞、扭曲的结果，可是我们对这个被阻塞、扭曲的能量，往往并未付出真正的关注。

其实，这被扭曲的创造性能量已启动了基因的突变，使细胞不正常增殖，一般人在发现自己得了癌症之后，非但对这个能量视而不见，反而进一步动用各式医学科技去打击这个能量扭曲过后的结果，以为这样就能治好疾病。

然而，真正治疗癌症的契机在于：能够认出这样一份被阻塞的创造性能量是如何被扭曲的。

如果这内在生命的能量没有被扭曲的话，它可以大幅更新你的身体机能，使你的生活充满创造力，让你的灵魂活力洋溢。

主宰者是自己 其实，癌症治疗涉及的范围非常广泛，必须对生病的个体有深深的同情与了解，还要对他的人格所面临的困境有所觉察，甚至病患自己，一定要超越我前面所提到的那个幻象。身体的癌症只不过是个现象，它跟魔术师在表演时展现出来的舞台效果没有什么两样，只要我们真的了解它内在真正的原因和机制。

其实就没那么可怕了。

大多数人一旦得知自己罹患癌症，当下就慌了，以为自己不再是生命的主人，一下子就被击垮。面临着死亡的威胁，身体似乎脆弱得像个无助的婴儿，任由疾病宰割；或是寻求外来医学的力量，把身体当成了战场，让外来的癌症，与外来的医学力量对抗，可怜遭殃的总是我们的身体。就好比日俄战争，日俄两国在中国打，不管谁赢谁输，倒霉的都是中国。

现在我要提出一个很重要的观念：癌症并不是外来的一个力量在你身上莫名其妙地发生，你会这么想，是因为我们对自己的心灵实在太缺乏了解了！

如果一个人能够觉察到，他内在扭曲的情感对生命无力的怒吼，竟然可以产生癌症；如果他明白自己有那个力量，当然就有能力去扭转那个力量，因为他知道：主宰者是自己！

<<癌症不是绝症>>

媒体关注与评论

通过身体症状，觉知观照自己心灵上的阴影，面对拂拭尘埃才能达到身心灵合一的健康光明人生。

——应用心理学催眠专业委员会会长 鲜于凉 相信这本书能帮助那些在身心灵成长的道路上行进的朋友们，从思想、观念及生活方式上都达到巨大的改变，打开僵化的思维模式、冲破人生的绝境，使生命得到更新，让爱、智慧、创造力的菩提之花在每个人的心灵深处绽放。

——香港城市大学心理学副教授 岳晓东 许医师提出了新时代的自我疗愈妙方——新时代身心灵整体健康观，帮助现代人正视身体、心理、疾病之间的关系，找到珍惜生命的“灵丹妙药”。

——河南省心理学会副秘书长 宫火良 每个人的内心都有一个花园，感动之余，让我们更好地培植我们的心灵花园，让其也成为蒙福之地！

最深刻的甘甜，最纯美的芬芳，从最丰盛而隐秘的心灵花园飘逸而出…… ——香港城市大学心理学副教授 岳晓东 通过身体症状，觉知观照自己心灵上的阴影，面对拂拭尘埃才能达到身心灵合一的健康光明人生。

——应用心理学催眠专业委员会会长 鲜于凉 在我一次又一次深入的治疗中，我一次又一次发现，不管是心理痛苦，还是身体痛苦，一旦我们不再视其为敌人，而是感谢它、接纳它、聆听并尊重它背后的声音，那么都可以“因病入道”。

——资深心理治疗师 武志红

<<癌症不是绝症>>

编辑推荐

给困境中的亲人、朋友最好的礼物！

限量珍藏 台湾身心灵畅销书作家许添盛作品，个人身心健康、家庭幸福快乐的必读书。

先进的医药技术并不能解决所有的病痛，唯有从心出发，倾听其间的挣扎障碍，才能帮助我们化解病痛，打造健康人生。

华语世界第一部身心灵抗癌之作！

台湾癌症患者人手一册的防癌治癌福音书！

台湾著名身心灵畅销书作家许添：盛医师精华作品套装 《癌症不是绝症》蝉联台湾三大网络书店排行榜第一名！ 《绝处逢生》台湾癌症患者人手一册的防癌治癌福音书！ 《我心医我病》

畅销台湾数十万册的身心灵精典之作！ 《做自己的情绪调节师》一本永葆快乐的DIY手册！

<<癌症不是绝症>>

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>