

## <<镜子的法则>>

### 图书基本信息

书名：<<镜子的法则>>

13位ISBN编号：9787508616056

10位ISBN编号：7508616057

出版时间：2009.8

出版时间：中信出版社

作者：野口嘉则

页数：78

译者：陶旭瑾

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>

## <<镜子的法则>>

### 前言

这本可爱的小书很令人喜欢，而且它讲的哲理非常深远。

从事灵性成长一段时间以后，几乎每个人都知道，与父母的关系对我们的人生影响非常大。

《镜子的法则》阐述的基本原理，和我的著作《遇见未知的自己》里面的一句名言相呼应：“外面没有别人！

” 我们眼见的外在世界，是我们内在世界的一个投射和反映，所以，想要改变外在.就要改变自己的内心。

本书中，女主角荣子与她儿子之间的关系.竟然可以追溯到她与父亲之间的恩怨情结。当她能够原谅父亲的时候，竟然也改善了与孩子的关系。

我自己就曾经历过无数次这样的例

## <<镜子的法则>>

### 内容概要

这是一部充满爱与感动，也将带给你无比勇气与启发的心灵佳作。  
人生就像是一面镜子，当心中常怀怨恨，生活就会充斥抱怨与愤恨；相反的，当心中常怀感恩，每一天都可能出现奇迹般的幸运。  
只要明白这个法则，就能进一步获得掌握幸福人生的方法。  
一位平凡的家庭主妇荣子正在为儿子的问题而忧心不已。  
她上五年级的儿子犹太在学校受人欺辱，却不肯向她承认，更对她的关心非常不耐烦。  
荣子决定向精通心理学的友人矢口求助，而矢口竟一语道破荣子之所以面临这样的难题，是因为她一直在内心深处无法原谅一个人…… 为什么儿子的问题，会和荣子自己心

## <<镜子的法则>>

### 书籍目录

序 张德芬故事 镜子的法则解说 实现的你的幸福人生 人生是反映内心世界的一面镜子 宽恕，能让你的心获得平静 接纳自我，放下执念 宽恕的八个步骤 实现你的幸福人生 附：实践宽恕的八个步骤 译后记 说出原谅和对不起的勇气

## <<镜子的法则>>

### 章节摘录

故事 镜子的法则 今年41岁的主妇秋山荣子曾经遇到过一件烦心事，这件事就是小学5年级的儿子犹太在学校受人欺负。

虽说是受人欺负，但是好像还没有到挨打的程度。

只是被一块儿玩的朋友们排斥在外，一旦发生什么，总是被别人当成做坏事的那一个。

虽然犹太嘴硬：“我哪里被欺负啦！”

但是犹太郁郁寡欢的身影让荣子揪心。

犹太喜欢打棒球，可朋友们不爱和他一起玩儿，所以放学回家之后，他一个人跑到公园，对着墙壁练习接球和传球。

大约两年前，犹太还和朋友们一起打过棒球。

有一天，荣子上街买东西，回来的时候恰好从小学旁边路过，看

## <<镜子的法则>>

### 媒体关注与评论

现实人生，是映照我们内心世界的一面镜子，存内心世界里的因，造成了现实世界里的果。当我们照镜子时，如果发现头发乱了会怎么办？当然是伸手去抚弄自己的头发，而不是去整理镜子里你的头发。

同样的，要解；夫人生中遇到的问题，一味在外界找原因是徒劳的，解决问题的根源在你的内心。过去的记忆和创伤，通过意识潜移默化地影响着我们的现实人生。

认真体察自己的内心，聆听它，接受它，慢慢学会放下和宽恕，种种现实的问题就会迎刃而解。这就是“镜子的法则”。

——李静著名节目主持人、制作人 人生就像一面镜子。  
现实的境遇，源于我

## <<镜子的法则>>

### 编辑推荐

李静、潘石屹、唐俊、张德芬、黑幼龙、马英九温情推荐 畅销日本100万册以上的心灵读本  
让无数人感动落泪的心灵佳作 让你的人生从此改变的一本书 一定要和亲人、爱人、友人、  
恩人、敌人共享的一本书 现实人生，是映照我们内心世界的一面镜子，存内心世界里的因，造成了现实世界里的果。  
当我们照镜子时，如果发现头发乱了会怎么办?当然是伸手去抚弄自己的头发，而不是去整理镜子里你的头发。  
同样的，要解；夫人生中遇到的问题，一味在外界找原因是徒劳的，解决问题的根源在你的内心。  
过去的记忆和创伤，通过意识潜移

<<镜子的法则>>

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>