

<<改變的禮物>>

图书基本信息

书名：<<改變的禮物>>

13位ISBN编号：9789576936562

10位ISBN编号：957693656X

出版时间：2006-4

出版时间：張老師文化

作者：Marianne Williamson

译者：張美惠

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>

## <<改變的禮物>>

### 內容概要

紐約時報暢銷榜第一名作家最新力作

\* 「本書豐富、溫暖，其影響力一如百萬暢銷書《發現真愛》。

生活中有如此多轉折，讓我們覺得後悔、罪疚、憂傷或痛苦，但作者提供一種新的生活方式，我將反覆閱讀本書。

」 Amazon網站讀者留言 Another Return to Love that we need, November 11, 2004 Reviewer: Chad Sosna (Chicago)

\* 「本書較《發現真愛》更深刻緊湊，威廉森展現了她自《發現真愛》以來靈性和情感的成長。

她召喚我們不只是知道愛的原則，更挑戰我們去做、去實行出來……從個人而言，本書幫助我們療癒自我；集體來說，也能治療這個世界。

」 Amazon網站讀者留言 " The Gift of Change " is the Definite Change We All Need, November 25, 2004 Reviewer: Tracey K. Baker

\* 「威廉森在這本充滿關懷、平易近人的書解析『奇蹟課程』，她稱之為『一種靈性心理治療的自我學習課程』。

……只有當我們能寬恕、和解並相信愛和善事能使事情大不同，宇宙總會準備好提供我們一個新的開始。

」……Publisher 's Weekly

人生就像一塊濕黏土，你的每個想法都會改變它的形狀。

當我們告別過去的自己，回歸天性本質，奇蹟就會在改變中發生。

作者自認以心理學的脈絡、宗教語彙來談現代生活中的焦慮、憂鬱、抗拒、痛苦、受傷、改變、愛、個人轉化……，主張個人和世界密切相關：例如「世界是我們每個人精神的投射，我們思考的每個念頭可讓它受傷，也可讓它得到療癒」、「每個人皆是一齣偉大戲劇中的演員，除非我們深入挖掘，否則不會有精湛的演出」、「當我們願意面對自身和世界的黑暗，才開始看見亮光，這就是個人轉化的鍊金術」等，議題符合時代脈動，不限於個人和一時一地。

此書提出10種實際的改變之道、一種全新的生活方式。

這是一本激勵人心的誠懇好書，暢銷書作家瑪麗安·威廉森深入探究「改變」在現代人生活中扮演的重要角色。

作者認為，即使是最困難痛苦的改變，也無須恐懼或迴避，因為每一項改變都可能是心靈蛻變的神奇恩典。

人生只有一種失敗，就是未能從經歷中成長；而追求真正的成長，唯有運用永恆不變的靈性原則調整方向，才能走向圓滿的正途。

「在此快速變遷的世界，掌握力量的唯一方法是學習放慢腳步。

我們若要為自己與下一代創造更美好的明天，仰賴的不是電子世代的速度，而是靈魂深處的安靜，唯有如此才能建立一個映照真心的世界。

」……(摘自前言)

## <<改變的禮物>>

### 作者簡介

瑪麗安·威廉森 (Marianne Williamson)

國際知名作家、演說家，在已出版《發現真愛》(方智)、《女性自覺》(牛頓)、《回歸心靈本質》(方智)等八本書中，有四本皆高踞紐約時報暢銷榜第一名，尤以《發現真愛》(A Return to Love)一書最負盛名。

1978年她開始學習「奇蹟課程」(A Course in Miracles)，那是「一種靈性心理治療的自我學習課程」，1983年展開專業演說生涯，1992年完成《發現真愛》一書，教導人們以愛取代恐懼的信念系統，力行寬恕以獲得內在和平，至今仍是教授「奇蹟課程」最知名的老師。

1989年成立「天使食物計畫」，提供洛杉磯地區愛滋病患的非營利餐車服務，至今每天服務對象已超過1000人。

她亦是Global Renaissance Alliance創辦人之一，此一全球和平行動者聯盟旨在以非暴力方式追求社會之善。

威廉森女士是著名電視節目Oprah, Larry King Live, Good Morning America, Charlie Rose受歡迎的來賓，個人網站為<http://marianne.com/book/index.htm>。

## <<改變的禮物>>

### 書籍目錄

推薦序 改變給我的禮物 彭懷真

前言 成長的挑戰

# (1) 迎接新生命

# (2) 從遺忘本質到憶起本質

# (3) 從負向思考到正向地愛

# (4) 從焦慮到贖罪

# (5) 從祈求上主改變世界到祈求祂改變我們

# (6) 從活在過去到活在當下

# (7) 從專注罪咎到專注純真

# (8) 從差別心到人我合一

# (9) 從靈性死亡到重生

# (10) 從你的計畫到上主的計畫

# (11) 從現在的你到蛻變中的你

<<改變的禮物>>

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>