

<<我是美好的>>

图书基本信息

书名：<<我是美好的>>

13位ISBN编号：9789862167205

10位ISBN编号：9862167203

出版时间：天下遠見出版股份有限公司

作者：露易絲·賀 (Louise L.Hay) 著

页数：192

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>

## <<我是美好的>>

### 内容概要

善用「肯定句」大聲告訴自己：我是美好的！

你的每一個念頭，所說的每一個字，都是種肯定。

每個片刻，無論你知不知道，你都在使用肯定句。

你正在用每句話、每個念頭，來肯定及創造自己的人生經驗。

然而，讓我們面對一個事實是，我們其實都沒有真的學習過如何使用肯定句。

我們都不禁會認為自己不夠好，不禁害怕、恐懼、批評自己，這些想法把我們的生活弄得一團糟，然後惡性循環。

我們可以不用這樣度過一生，只要我們願意改變思考的方式，生命就會往全新的方向走，美好的自己，就會自然而然展現出來。

你值得更好的對待，你值得被愛，你值得這世上美好的事物。

就讓我們從說出這句話開始：「我是美好的！」

」

## <<我是美好的>>

### 作者简介

露易絲·賀 (Louise L. Hay) 1926年出生，至今依舊優雅美麗的露易絲·賀 (Louise Hay)，是全世界最大身心靈出版社 Hay House 的創辦人。

露易絲的生命本身就是一個傳奇。

她小時候是媽媽的拖油瓶，有一個充滿暴力的繼父，五歲時被鄰居強暴，十六歲未婚生子。

後來，她因為美貌成為時尚模特兒，二十八歲嫁給一個英國商人，十四年後，正當她開始相信好事會長久時，丈夫卻另結新歡。

自此之後，她開始了解關於心靈修持與療癒的方法。

在她五十出頭時，發現自己罹患了子宮頸癌，她說這次罹病給了她一次親身印證所學的機會。

她相信只有走進內心，才能找到藥石。

她開始設計自己的療癒方式，六個月之後，癌細胞消失無蹤。

由這次經驗她更加清楚明白：疾病是可以療癒的，只要我們願意改變自己的思想、信念和行動。

1984年她在自家客廳創立 Hay House，逐漸聚集許多美國身心靈界重要的作者與老師，也吸收和訓練了很多與她有共同信念的人。

之後，並又成立了兩個以慈善為主的組織。

不久前，澳洲媒體稱露易絲有如聖人。

露易絲·賀最擅長使用的療癒方式，就是正面肯定句，這本書是她一生的心得結晶。

露易絲不僅用正面肯定句療癒了自己，還創造了自己生命的奇蹟，現在，她將這樣的力量交到你我手上，讓我們在心裡播種，讓正面肯定句在我們的生命裡生根茁壯，帶著溫柔的耐心，你一定也會看見自己的生命奇蹟！

<<我是美好的>>

书籍目录

第一章 . . . 歡迎進入肯定句的世界  
第二章 . . . 肯定句是什麼？  
第三章 . . . 擁有健康的肯定句  
第四章 . . . 面對恐懼的肯定句  
第五章 . . . 放下批判性想法的肯定句  
第六章 . . . 處理成癮症的肯定句  
第七章 . . . 願意寬恕的肯定句  
第八章 . . . 祝福工作的肯定句  
第九章 . . . 帶來金錢和富足的肯定句  
第十章 . . . 增強友誼的肯定句  
第十一章 . . . 維持愛和親密關係的肯定句  
第十二章 . . . 關於變老的肯定句一些最後的想法

<<我是美好的>>

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>